

كيف تبنيون

بيوتنا سعيداً

الأدوار المتبادلة

د/ أكرم رضا



لتحميل أنواع الكتب راجع: (مُنْتَدَى إِقْرَأَ الثَّقَافِي)

پدای دائلود کتابهای مختلف مراجعه: (منتدی اقرا الثقافی)

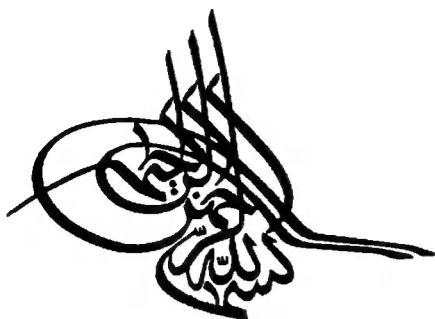
پۆدابهزانەدنی چۆرەها کتیب: سەردانی: (مُنْتَدَى إِقْرَأَ الثَّقَافِي)

www.iqra.ahlamontada.com



www.iqra.ahlamontada.com

للكتيب (کوردی , عربي , فارسي)



كيف نبينون بيتنا سعيد

الطبعة الأولى

2010 م _ 1431 هـ

رقم الإيداع 2009 / 23606

جميع حقوق الملكية الأدبية والفنية محفوظة
لشركة ألفا للنشر والإنتاج الفني ويحظر طبع ، أو تصوير ، أو
ترجمة ، أو إعادة تنضيد للكتاب كاملاً أو مجزءاً أو تسجيله على
أشرطة كاسيت ، أو إدخاله على الكمبيوتر ، أو برمجته على
أسطوانات ضوئية ، إلا بموافقة الناشر الخطية الموثقة .

ألفا - للنشر والتوزيع

ت و فاكس ، 0020233888593

موبايل ، 0020101099805

Email.alfa_eg@yahoo.com

info@alfa_publishing.com

www.alfa_publishing.com

الإدارة: 58 ش صلاح ناصف - الهرم - الجيزة - مصر

فرع الأزهر: 6 ش البيطار - خلف جامع الأزهر



كيف تبنون بيتاً مسجداً

الأدوار المتبادلة

تأليف

د/ أكرم رضا

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إهداء

إلى القلب النابض بالحب والحنان
في كل بيت....

إلى الزوجة....

حتى تتعرفني على جزء من دورك
في بناء البيت السعيد....

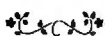
وإلى صمام الأمن ونبع الحكمة
في كل بيت....

إلى الزوج....

حتى تتعرف على جزء من دورك
في بناء البيت السعيد....

وإليهما معاً حتى يدركا أنها أدوار متبادلة





مقدمة



كنت قد أصدرت الجزء الأول من هذا الكتاب منذ ما يقرب من عشر سنوات بعنوان «كيف تبين بيتاً سعيداً؟ دور الزوجة» وتأجل إخراج الجزء الثاني حول **دور الزوج** رغم إلحاح الكثيرين والكثيرات على لإخراجه وذلك لأسباب لا مجال لذكرها الآن .

واليوم أصدر الجزئين في كتاب واحد حيث أنني اكتشفت أمراً بعد طول خبرة في العلاقات الزوجية واعتبرته نهجاً لي في كتاباتي عن الحياة الزوجية وهو أن الخطاب المنفرد لأحد الزوجين لا يصلح؛ لأن الحياة الزوجية أدوار متبادلة فما يكون حقاً لطرف يقابله واجب على الطرف الآخر فلا يمكن فصل حقوق وواجبات طرف عن حقوق وواجبات طرف آخر وهكذا تتبادل الأدوار في حياتنا الزوجية لنصل في النهاية إلى البيت السعيد .

فإذا أدت الزوجة دورها المطلوب منها سيحصل الرجل في الوقت نفسه على ما يجب من الحقوق ... وعندها تكون قد أجابت عن سؤال: **كيف تبين بيتاً سعيداً؟**

وإذا أدى الزوج دوره المطلوب منه ستحصل الزوجة في الوقت نفسه على ما يرضيها من الحقوق ... وعندها يكون قد أجاب عن سؤال: **كيف تحافظ على بيتك سعيداً؟**

ولذلك فقد سميت هذا الكتاب **كيف تبينون بيتاً سعيداً - الأدوار**

المتبادلة. وأعرضه في جزئين:

الأول بعنوان: كيف تبين بيتاً سعيداً؟ دور الزوجة.



الثاني بعنوان: كيف تحافظ على بيتك سعيداً؟ دور الزوج.

وجعلته حلقة من مسلسل «بيوتنا وإدارة الذات» بعد مجموعة «على أعتاب الزواج - الاختيار والخطبة والعقد والبناء» وبعد مجموعات «أوراق الورد وأشواكه في بيوتنا» وبعد «بالمعروف حتى يعود الدفء العاطفي إلى بيوتنا».

نرجع في هذه الحلقة إلى البناء فهيا بنا أزواج وزوجات نخرج من معركة الحقوق والواجبات إلى تعاون وتكامل «الأدوار المتبادلة».

ومنهجنا الذي سنسير عليه قائم على قول الخير العليم: ﴿أَلَا يَعْلَمُ

مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ﴾ [الملك: ١٤] فجعلنا مرجعنا الأساسي في هذه

السلسلة: القرآن الكريم والسنة الصحيحة المطهرة، ثم عرجنا على تجارب

السابقين في هذا المجال من المؤلفات التي تمتلئ بها المكتبة. وكما تعودنا لن

ندع البحث النظري يأخذنا ولا الوعظ وحديث القلوب يملك علينا

الطريق وإنما جعلنا التجربة هي مركبنا نبحر به في عالم الحياة الزوجية

ليرى كل منا صور مختلفة تجيب عن سؤال كيف؟ ولندرك أن لكل منا دور

إذا أداه فسيحصل على ما يريد من الطرف الآخر.

د. أكرم رضا

akramreda@yahoo.com

www.akramreda.com

الجزء الأول

كيف تبني بيتاً سعيداً؟

دور الزوجة

نقد



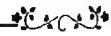
إن من الأهداف الجميلة التي يسعى إليها كل زوجين أن يكون لديهما بيت سعيد، ولا أظن أن هناك رجلاً أو امرأة إذا سألته حين زواجه عن أفضل أمنياته من هذه الخطوة في حياته إلا ويحيي: أن أبني بيتاً سعيداً يرضى عنه الله تعالى، وينبت الخير في المجتمع، وتهنأ به النفوس .

عندما نستمع إلى الحبيب المصطفى - ﷺ - وهو يقول:

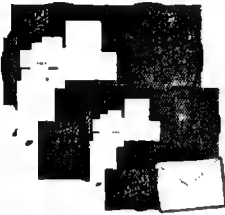
«كلكم راع، وكلكم مسئول عن رعيته: الإمام راع، ومسئول عن رعيته، والرجل راع في أهله، وهو مسئول عن رعيته، والمرأة راعية في بيت زوجها، ومسئولة عن رعيته»^(١) .

ونعلم أن لكل من الزوجين دوراً؛ ولذلك فقد جاء الجزء الأول من كتاب حول دور الزوجة في البيت السعيد؛ نبث فيه حول موقع كل زوجة من قوله تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ﴾ [الروم: ٢١] .

(١) رواه الإمام البخاري: (كتاب الجمعة، (باب) الجمعة في القرى والمدن، رقم (٨٤٤)، ومسلم: (كتاب الإمارة، (باب) فضيلة الإمام العادل، رقم (٣٤٠٨) .



الحب...



هذه الكلمة الحانية الرقاقة التي امتلأت
دواوين الشعراء بالحديث عنها .. وتلك القيمة
الإنسانية الرفيعة التي يبحث كل منا عنها حتى
يستقرّ على شاطئ حبيب؛ ليغمض عينيه في أمان .
وهذه العلاقة الربانية العالية التي استعبدنا

الله بها، حيث جعل شعار أوليائه علاقة حية متبادلة بينه وبينهم فقال
عنهم سبحانه وتعالى: ﴿يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُ﴾ [المائدة: ٥٤] .

عزيزتي الزوجة:

هذه الكلمة وتلك القيمة وهذه العلاقة أنت نهرها الفياض
وسيلها الرقاق في البيت ..

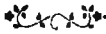
أنت الأم: مصدر كل حنان ... ومنبع كل رحمة .

أنت الابنة: ظل ظليل، ونسمة حانية .

أنت الأخت: إشفاق ورعاية .

وأنت الزوجة ... هل تعلمين معنى أن تكوني زوجة؟.

هذا ما سنحدثك عنه في هذا الجزء حيث جعلنا عنوانه الأساسي
((كيف تبنيه بيتاً سعيداً؟)) .. ليجيب عن هذا السؤال، لن نحدثك عن



دورك كأم ترعى أبناءها، أو كمشاركة في سفينة البيت حيث عليك معظم أعبائه الداخلية؛ ولكن سنحدثك عن دورك كزوجة في علاقتك مع حبيبك الزوج؛ تلك العلاقة التي جعل الله أساسها **المودة والرحمة** ومن خلال فصول هذا الكتاب نتمنى أن تضعي يدك على باقة حب لتقديمها لزوجك ... فهو ينتظر ...



الفصل الأول

ينابيع السعادة



عن ابن عباس رضي الله عنه أن النبي ﷺ قال:

«لَمْ نَرَ لِلْمُتَحَابِّينِ مِثْلَ النِّكَاحِ».

[رواه الإمام ابن ماجه، (كتاب): النكاح،

باب ما جاء في فضل النكاح، رقم (١٨٣٧)،

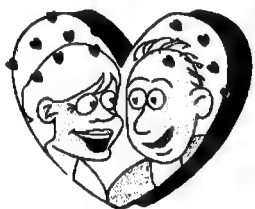
بسند صحيح].



السعادة



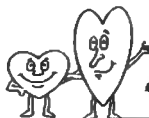
هذه الكلمة الساحرة التي لا أظن أن امرأة على وجه الأرض لا



تسعى إليها، ويخدعونك سيدتي إذ يقولون: إنك بإمكانك تحقيق السعادة بمفردك بكونك امرأة، والمجالات المعروضة متعددة .

يعرضون عليك السعادة في العمل تبدين

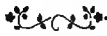
وتحققين فيه ذاتك، أو جمع مال تستطيعين به أن تشتري ما يحلو لك؛ لتحقيقي به سعادتك الخاصة بالملابس والطعام، وأدوات الزينة والمسكن الفاره وغيره، أو أن السعادة في صحبة من النساء تجدين معهن راحتك والصداقة المخلصة الناصحة، وقد تكون السعادة هي العمل الخيري والعطاء المستمر لكل محتاج .



السعادة الحقيقية

أجل سيدتي.. قد يكون في ذلك كله سعادة ..

ولكن لتتصالح: إن هذه كلها سعادات مؤقتة تنتهي بانتهاء وقتها، وتظل السعادة كل السعادة مع الرفيق، مع النصف الآخر الذي هفت له نفسك عندما تتفتح أزهار الأنوثة عندك، ولا لوم عليك، فإن هذا شيء



طبيعي، لقول الله تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [الروم: ٢١] .

آية من الآيات...

وقبل أن نسترسل في الحديث، تعالى لننظر إلى هذه الآية من القرآن، لنرى موقعها من سورة الروم، فلقد جاءت هذه الآية ضمن مجموعة الآيات التي تتحدث عن آيات الله في الكون:



وتفتح هذا القلب لتدبر الحياة والموت، وتوجهه إلى آيات الله في خلق السموات والأرض واختلاف الألسنة والألوان والنوم واليقظة والراحة والكد، وإلى ما يعترى الكون من ظواهر البرق والمطر، وحتى تمضي هذه

الجلولة العجيبة في النهاية بالقلب البشري إلى قيام السموات والأرض في هذا كله بأمر الله^(١).

السكن...

في وسط هذا الحشد الهائل من آيات الله في الكون والإنسان تأتي تلك الآية العجيبة، وهي خلق الزوج من نفس زوجه ومن كيانه، وجعل **المودة والرحمة** دستور التعامل بينهما، وجعل الهدف الأساسي لهذه العلاقة: **السكن والطمانينة والراحة**، أي: السعادة التي تُسعين إليها.

«والناس يعرفون مشاعرهم تجاه الجنس الآخر، ... ولكنهم قلما يتذكرون يد الله التي خلقت لهم من أنفسهم أزواجاً، وأودعت نفوسهم هذه العواطف والمشاعر، وجعلت في تلك الصلة سكناً للنفس والعصب وراحة للجسم والقلب، واستقراراً للحياة والمعاش، وأنساً للأرواح والضمائر، واطمئناناً للرجل والمرأة على السواء»^(٢).

«والتعبير القرآني اللطيف الرقيق يصور هذه العلاقة تصويراً موحياً، أو كأنما يلتقط الصورة من أعماق القلب وأغوار الحس: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ فيدركون حكمة الخالق في خلق كل من

(١) في ظلال القرآن (٥/ ٢٧٦٢).

(٢) المرجع السابق ص ٢٧٦٢.



الجنسين على نحو يجعله موافقاً للآخر مليئاً لحاجته **الفطرية**: نفسية، وعقلية، وجسدية، بحيث يجد عنده الراحة والطمأنينة والاستقرار، ويجد أن اجتماعهما السكن والاكفاء والمودة والرحمة؛ لأن تركيبهما النفسي والعصبي والعضوي ملحوظ فيه تلبية رغبات كل منهما في الآخر واتلافها وامتزاجها في النهاية لإنشاء حياة جديدة تمثل في جيل جديد»^(١).

نعم ... أنتِ في الله الحاجة إليه:

كما أنه في أشد الحاجة إليك، نعم أنتِ من نفسي، خلقتِ منه، ولذلك فأنتِ تبحثين عنه: **صالح**. **رفيقاً متسامحاً كريماً**، كما يبحث هو عنك: **تقية** **تقية عفيفة ودوداً**.

وحتى تستشعري معنى السعادة معه لا بد أن تدركي قَدْرَكَ عنده وأهميتك في حياته وتسألِي نفسك: **من أنتِ بالنسبة له؟**

أنتِ بالنسبة له:

أ- كنز الذي يبحث عنه:

عن ابن عباس - رضي الله عنهما - أن رسول الله ﷺ قال لعمر رضي الله عنه: «ألا أخبرك بخير ما يكثر المرء؟ المرأة الصالحة، إذا نظر إليها سرته، وإذا أمرها أطاعته، وإذا غاب عنها حفظته»^(٢).

(١) المرجع السابق.

(٢) رواه الإمامان أبو داود: (كتاب الزكاة، باب): في حقوق المال رقم (١٤١٧)، والحاكم في

المستدرک (١٩/٤)، رقم (١٤٣٧).

ب - ومصدر سعادته الوارف:

عن سعد بن أبي وقاص قال: قال رسول الله ﷺ: « من سعادة ابن آدم ثلاثة، ومن شقوة ابن آدم ثلاثة، من سعادة ابن آدم المرأة الصالحة، والمسكن الصالح، والمركب الصالح، ومن شقوة ابن آدم: المرأة السوء، والمسكن السوء، والمركب السوء »^(١).

أرأيت؟ أنت سعادته، أو شقاؤه، والمسكن الصالح يهنأ بوجودك والمركب الصالح يسهل بتعاونك؟

ج - أنت نسانم السعادة، أو لفحات الشقاء:

أما ما تفيضين به من سعادة، فنسائمهآ بيئها النبي ﷺ.

عن سعد بن أبي وقاص أن النبي ﷺ قال: « ثلاثة من السعادة، وثلاثة من الشقاء، فمن السعادة: المرأة الصالحة، تراها فتعجبك، وتغيب عنها، فتأمنها على نفسها ومالك، والدابة تكون وطية^(٢) فتلحقك بأصحابك، والدار تكون واسعة كثيرة المرافق.

ومن الشقاء: المرأة تراها فتسوؤك، وتحمل لسانها عليك، وإن غبت عنها لم تأمنها على نفسها ومالك، والدابة تكون قطوفاً^(٣) فإن ضربتها أعتبتك، وإن تركتها لم تلحقك بأصحابك، والدار تكون ضيقة قليلة المرافق »^(٤).

(١) رواه الإمام أحمد: مسند العشرة المبشرين بالجنة، مسند سعد بن أبي وقاص (٣/٣٧٨)، رقم (١٣٦٨).

(٢) وطية: سريعة المشي، سهلة الانقياد.

(٣) قطوفاً: بطيئة السير.

(٤) رواه الإمام الحاكم في المستدرک، (٦/٣٩١)، رقم (٢٦٣٤)، وصححه الإمام السيوطي.



د - ومقياس حسن خلقه :

حيث وصاه الإسلام بك، واشتد ﷺ عليه من أجلك .
 وقرن بين ادعاء حسن الخلق، وحقيقته، وهي معاملة الزوجة .
 فعن أبي هريرة ؓ أن رسول الله ﷺ قال: «أكمل المؤمنين إيماناً
 أحسنهم خلقاً، وخياركم خياركم لنسائهم خلقاً»^(١) .
 فلا تقبل دعوى زوجك أنه حسن الخلق، مع سوء معاملته لك .

هـ - ونعيمه في الآخرة :

حتى يجعلك الله مكافأة من مكافآته له في الآخرة، فأصبحت نعيماً من
 نعيم الجنة بالنسبة له كما أنه أصبح نعيماً من نعيم الجنة بالنسبة لك، حيث
 اختارك له زوجة في الجنة.. ﴿وَالَّذِينَ آمَنُوا وَاتَّبَعَتْهُمْ ذُرِّيَّتُهُمْ بِإِيمَانٍ أَلْحَقْنَا بِهِمْ
 ذُرِّيَّتَهُمْ وَمَا أَلَتْنَاهُمْ مِنْ عَمَلِهِمْ مِنْ شَيْءٍ كُلُّ امْرِئٍ بِمَا كَسَبَ رَهِينٌ﴾ [الطور: ٢١].
 استمعي إليه ينادي قائلاً:

فأنتِ التي إن شئت أشقيت عيشتي وأنتِ التي إن شئت أرحتِ باليا
 فأشهد عند الله أني أحبها فهذا لها عندي فما عندها ليا

(١) رواه الإمام الترمذي، (كتاب الرضاع، (باب: ما جاء في حق المرأة على زوجها رقم

(١٠٨٢)، وقال: حسن صحيح .

هكذا سيدتي .. أنت بالنسبة له ..

وهو يعلم ذلك، وإن كابر، وإن ادعى غيره، وإن كانت له اهتمامات أخرى .

فأنت في النهاية :

الشاطئ الذي ترسو عليه سفينته فيقلع عن قلبه الخوف من أعماق بحار الحياة المظلمة .

وأنت في النهاية :

الواحة التي يحط عندها رحاله فيجد الماء البارد العذب، والظل الوارف الظليل، فتسكن نفسه بعد قلق هجير الصحراء المقبضة .
يخلع أحزانه على أعتاب بابك، ويروي ظمأه من ينابيع حبك وودك .

وهو بالنسبة لك؟

كان حلما في خاطرك، وضعت له خطوات عملية لينفذ ..

فكانت شروطاً عند الاختيار وضوابط عند الاتفاق ..

وبدأتما كمصفورين رقيقين تجمعان قشة وقشة حتى اكتمل العش ..

ما رأيك في هذه الحجرة؟ ماذا يكون لون الجدران؟ انظر إلى تلك

الحجرة الصغيرة، إنها تصلح لطفلتنا الجميل .

وتستمر الأحلام ... وتأتي ليلة العمر - كما يسمونها.

ويأمر النبي ﷺ فيها أن يزداد الفرح بالعروسين، ويضرب لهما

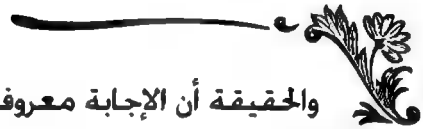
بالدفوف، ويُتغنى لهما بالأغاني اللطيفة ...



ونستيقظ من الأحلام ...

كيف يستمر ذلك في الواقع كما كان في الحلم؟
من عليه الواجب الأكبر في الحفاظ على تلك
السعادة؟

أنت أم هو؟



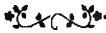
والحقيقة أن الإجابة معروفة، وهي أن كليكما عليه جانب
من المسؤولية، وسوف نجد أنه عن مسؤوليته - إن شاء الله -
ولكن اليوم الحديث لك أنت... وتذكري قول النبي ﷺ: «والمرأة
راعية في بيت زوجها ومسئولة عن رعيتها» .

فهي لتتعرفني على دورك في تلك المسؤولية؟
والذي يتلخص في العمل على إشاعة أسمى
عواطف الود والتراحم والحب في بيتكما .

وقبل أن نبدأ نقدم لك آمنيات زوج ... فهل يحقق الله

رجاءه؟..





الحبيبة

وزوجة المرء عون يستعين به

على الحياة ونور في دياجيها

مسلاة فكرته ... إن بات في كدرٍ

مدت له تواسيه ... أياديها

في الحزن فرحته تحنو فتجعله

ينسى آلاماً كان يعانيها

وزوجها يدأب في تحصيل عيشه

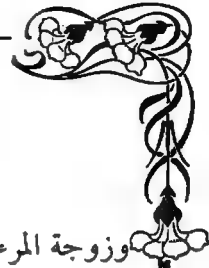
دأباً ... ويجهد منه النفس يشقيها

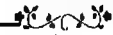
إن عاد للبيت.. وجد ثغر زوجته

يفتر عما يسر النفس ... يشفيها

وزوجها ملك ... والبيت مملكة

والحب عطر .. يسرى في نواحيها





رحلة العمر



أبدوها معك بهذا السؤال:



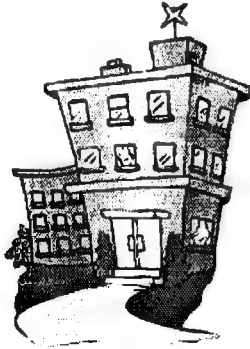
ماذا تحاول الزوجة جلب السعادة لزوجها وبينها؟

أقول لك:

إذا كانت ليلة العرس هي ليلة العمر، فإن الحياة بينكما هي رحلة العمر، ولكل رحلة لابد من هدف واضح جلي، ومكان تسعين للوصول إليه، لتستقر عنده النفوس والآمال .

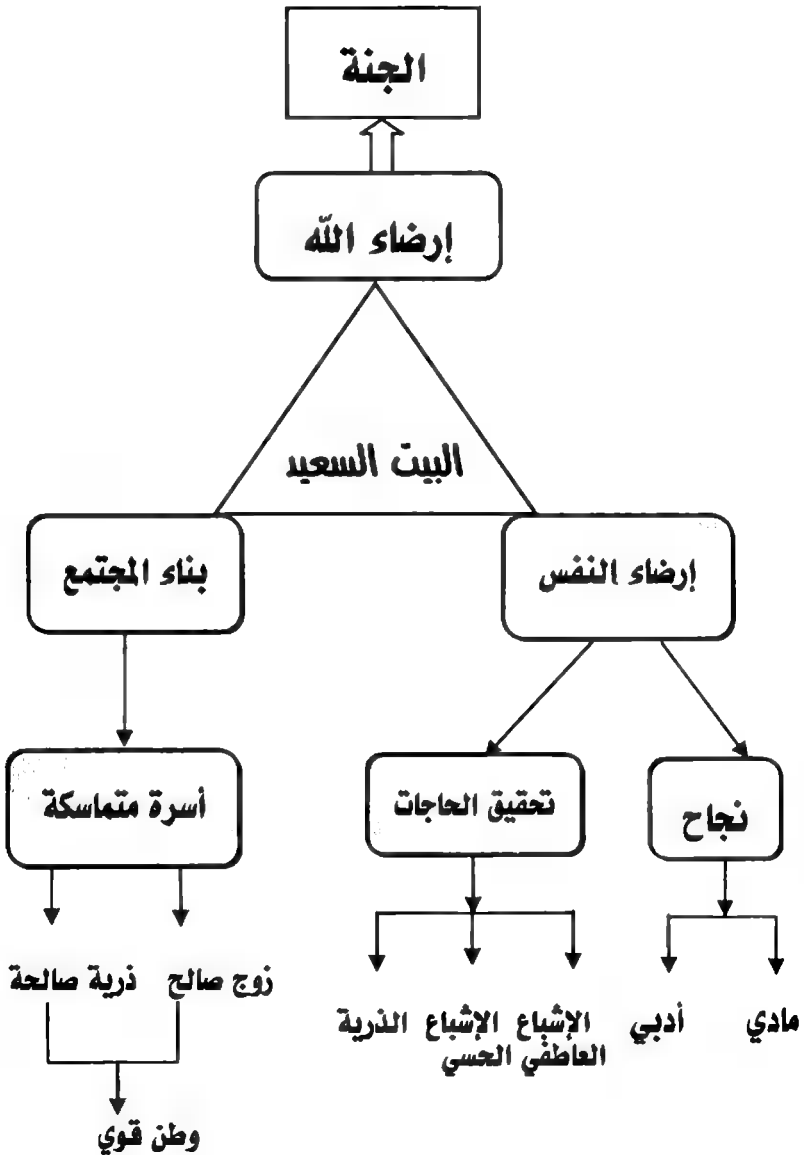
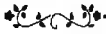
ونبدأ أهدافك من الدنيا حيث:

بيت في الدنيا



﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [الروم: ٢١].

وإذا اعتبرت أن السعادة مثلث، فإن أهدافك من إسعاد بيتك وتمهيد الطريق لرحلة العمر هي زواياه الثلاث .. تأملي معنا هذا الشكل:





فمحور البيت السعيد قائم على ثلاثة أعمدة.. **إرضاء الله** ..
ويتبعه **إرضاء النفس** .. ثم نتيجة ذلك كله **بناء المجتمع** الصالح الراشد،
وأكبر الغايات وأسمائها أن نصل إلى الجنة، حيث الرضا الكامل من الله .
ويتحقق رضا النفس بعد إرضاء الله ﷻ من خلال شعاعين:

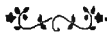
الأول: نجاح مادي، أو أدبي.

والثاني: تحقيق الحاجات النفسية الفطرية .. من إشباع
عاطفي وحسي وذرية يقول تعالى: ﴿وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ
أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا﴾ [الفرقان: ٧٤].
ونتيجة ذلك كله: مجتمع راشد، تساهم الأسرة فيه بأفراد صالحين،
يقيمون وطناً قوياً ..

هل أدركت الآن ماذا تفعل تلك القطرة الندية من عطائك في كل من
حولك؟

وهل صدقت الآن أنك نبء الحب؟

هذه هي المكاسب الهائلة التي ستحصلين عليها من تلك التضحيات التي
ستقدمينها من أجل جلب السعادة لزوجك وبيتك، لقد امتلأت الأركان
بأجمل الغايات، وأسمى الأمناني، وامتدت زوايا المثلث بأفرع من الخير، يُلقى
ثماراً نضرة على النفس والمجتمع، وفي القمة تشرق شمس النعيم، حيث رضا



الله وجنته ﴿ خَالِدِينَ فِيهَا وَأَزْوَاجٌ مُّطَهَّرَةٌ وَرِضْوَانٌ مِّنَ اللَّهِ وَاللَّهُ
بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ ﴾ [آل عمران: ٥١] .

وبهذا يتحقق هدفك الثاني حيث:

بيت في الآخرة

﴿ جَنَّاتٌ عَدْنٌ يَدْخُلُونَهَا وَمَنْ صَلَحَ مِنْ آبَائِهِمْ وَأَزْوَاجِهِمْ وَذُرِّيَّاتِهِمْ وَالْمَلَائِكَةُ
يَدْخُلُونَ عَلَيْهِمْ مِنْ كُلِّ بَابٍ ﴿٢٣﴾ سَلَامٌ عَلَيْكُمْ بِمَا صَبَرْتُمْ فَنِعْمَ عُقْبَى الدَّارِ ﴾
[الرعد ٢٣ : ٢٤] .





الحقائب الثلاث



نبدأ معاً خطوة خطوة في رحلة السعادة، فتعالى نعد حقائبنا النفسية بهدوء، حتى لا ننسى شيئاً، وأظن أنك ستحتاجين في هذه الرحلة ثلاث حقائب:



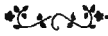
الحقيبة الأولى:

مراحل:

اعلمي أيتها الزوجة أن الحياة الزوجية ليست صورة واحدة، أو شكلاً واحداً طوال أيام العمر؛ ولكن تختلف بحسب مرور المراحل العمرية على الزواج .

انظري معي إلى هذا الجدول: هل توافقين على ما فيه؟

وأيّن أنت من هذه المراحل؟



| المرحلة | مدة الزواج | مميزاتها |
|-----------------------------------|------------------|---|
| الأولى: التعارف | من ١: ٣ سنوات | وفيها يبدأ فهم النفسيات، واكتشاف الطرف الآخر، ومعرفة المفاتيح والأنهار الموصلة ﴿وَالْمَعْرُوفُ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيجعلَ اللهُ فيه خَيْرًا كَثِيرًا﴾ [النساء: ١٩] . |
| الثانية: الثالف | من ٣: ٥ سنوات | تعميق الميل القلبي وحصد ثمار المحبة ﴿وَلَا تَنسُوا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ إِنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ﴾ [البقرة: ٢٣٧] . |
| الثالثة: الثفاهم | من ٥: ٧ سنوات | حيث الحوار الهادئ، والعاطفة الرفراقة ﴿لَتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً﴾ [الروم: ٢١] . |



الحقيبة الثانية:

اختلاف المنابع^(١):

يبدأ نهر النيل قبل أن يصبح نهراً واحداً - بفرعين كبيرين: النيل الأبيض والنيل الأزرق، وكل منهما ينبع من مكان مختلف عن الآخر، ويجري بقوة فترة طويلة يشق الأرض شقاً، يدور حول الجبال، وتنمو حوله الأشجار، وتعيش عليه الحيوانات والإنسان..



وعندما يلتقي النهران في مدينة الخرطوم بالسودان يضرب كل منهما الآخر ضرباً شديداً في هدير شديد حتى يصبحا مجرى واحداً، يجري بالخير وبقوة في صحراء السودان، ويشق جبال جنوب مصر لينشر الخير والنماء على جانبي الوادي في الشمال.

(١) الفكرة عن شريط فيديو بعنوان «مفاهيم تعين الزوجة على الاستقرار»، إنتاج مصابيح الهدى (الكويت).

وخلال هذا الهدير الشديد عند التقاء النهرين، يترك كل منهما
رواسبه، لتكون بينهما دلتا غنية، تنمو فيها الغابات، ويستطيع أن يزرعها
الإنسان لتؤتي أكلها كل حين بإذن ربها .

ونفس المشهد الجغرافي يتكرر على أرض العراق، حيث التقاء نهري
دجلة والفرات في نهر صغير يسمى شط العرب قبل مصبه في الخليج



العربي، ومن خلال هذا الالتقاء
القوي الهادر بين النهرين تكونت
دلتا تسمى أرض الهلال الخصيب،
فهي من أخصب الأراضي، حيث
نتجت من رواسب التقاء النهرين .

أراك تبسمين، وتسألين نفسك

هل نحن في درس جغرافيا؟

أم أن هذه الصفحات جاءت

خطأ من كتاب مدرسي؟

❦ سيدتي الزوجة: لا هذا، ولا ذاك، ولكن أقول لك:

❦ إن التقاء الزوجين في أول حياتهما الزوجية شبيه جداً بهذا

اللقاء بين النهرين .



إن كلاً من الزوجين له منبع مختلف جاء منه، اختلفت فيه ثقافته وبيئته وتربيته، وبناءً على ذلك أصبح لديه رواسب مختلفة من العادات والتقاليد التي تختلف عن الآخر، وعندما يلتقي النهران - **أقصد: الزوجين** يصدم كل منهما الآخر صدمة عنيفة، وقد تفور الرواسب من قاع كل منهما نتيجة هذا الصدام، وهذا هو تفسير كثرة المشكلات في السنوات الأولى من الزواج .

ويبدأ كل من الزوجين في ترك رواسب على صفته نتيجة مراجعات متعددة حتى يتم توحيد النهرين - **أقصد: الزوجين** - في مجرى واحد يجري بقوة، ولكنه هادئ رقيق، عذب نقي .

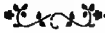
فقد يتعارض الزوجان في أول الأمر، وقد يختلفان؛ لاختلافهما في تقدير الأمور وفهمها، ولكن مع التعايش لفترة من الزمن، وتكرار الالتقاء يصبح بينهما نوع من التفاهم والتراضي والتسامح، ويتحقق الانسجام؛ ليتكون المجرى الواحد الجديد الذي يجري بالخير والرخاء، أما الرواسب التي خلفها فهي شبة خصبة غنية بالتجارب، تملأهم بشمار طيبة من الذكريات والتوجيهات وضبط الطريق، بجانب أنها مجال لنظر غيرهما واعتبارهم .



فأعود لأقول لك عزيزتي الزوجة ...



انهضي نفسك وزوجك فبصة من الوقت، وكما اللقاء والحوار وإن كان هادئاً بعض الشيء، فمع الوقت س يلتقي النهران ويهدأ الشاطئ.



الحقيقة الثالثة:

من مفاتيح السعادة:

انفجرت باكية، وقالت من خلال دموعها: «أنا تعبت من زوجي، جربت معه كل وسيلة، لم تفلح، ليس هناك فائدة في التعامل معه». هذه هي النتيجة النهائية لبعض الزوجات بعد تجربة، أو تجربتين من محاولات التفاعل والتجانس مع أزواجهن، تظن أنها قد استخدمت كافة الوسائل، وتظن أن وسيلة أو وسيلتين كافيتان للتفاهم معه، لا تعلم أن كل باب له مفتاح خاص به، وأنها لابد أن تتحلى بالصبر لتُفَتِّحَ لها الأبواب. على العموم اقرئي هذه الرسالة التي أرسلها لك زوجك، وأنت على

باب السعادة (١)

زوجتي الحبيبة

إذا وجدت باب السعادة مغلقاً فلا تحاولي فتحه عنوة..

وجربي هذه المفاتيح.

وانتظري أرجوك.. لا تيأسي من أول مفتاح

وتحطمي الباب..

ولكن جربي أكثر من مفتاح..

فأنا متأكد أن أحدهم سوف يفتح إن شاء الله..

زوجك المحب..





الحب



الإشباع الحسي



الحنان



المودة



الرحمة



الطيب والبخور



التضحية



الدلال



الحوار



التفاهم



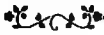
الزينة



اللطف



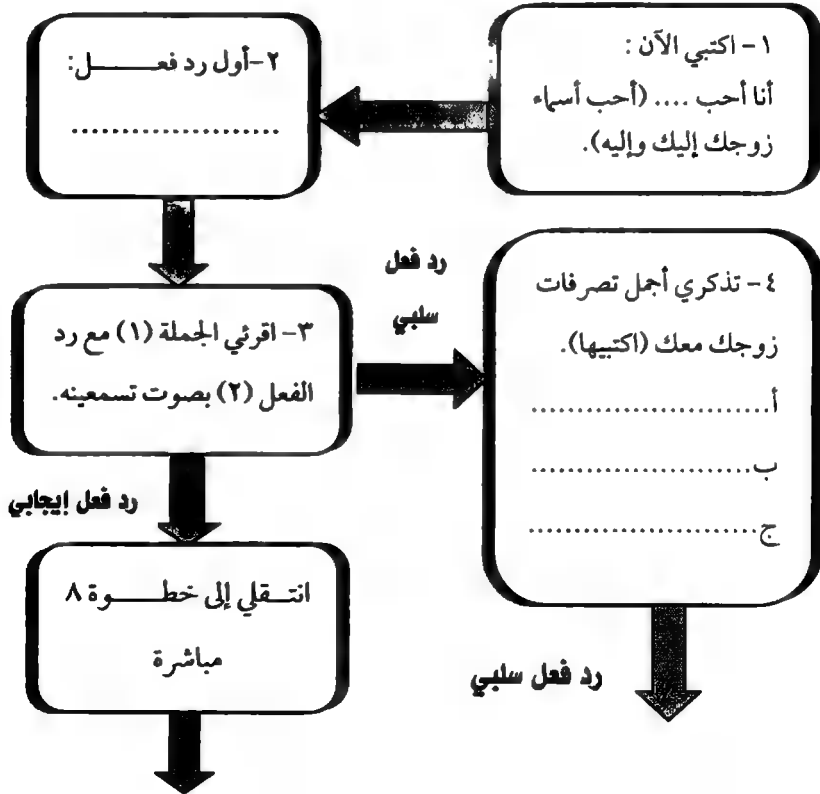
الكلمة الطيبة

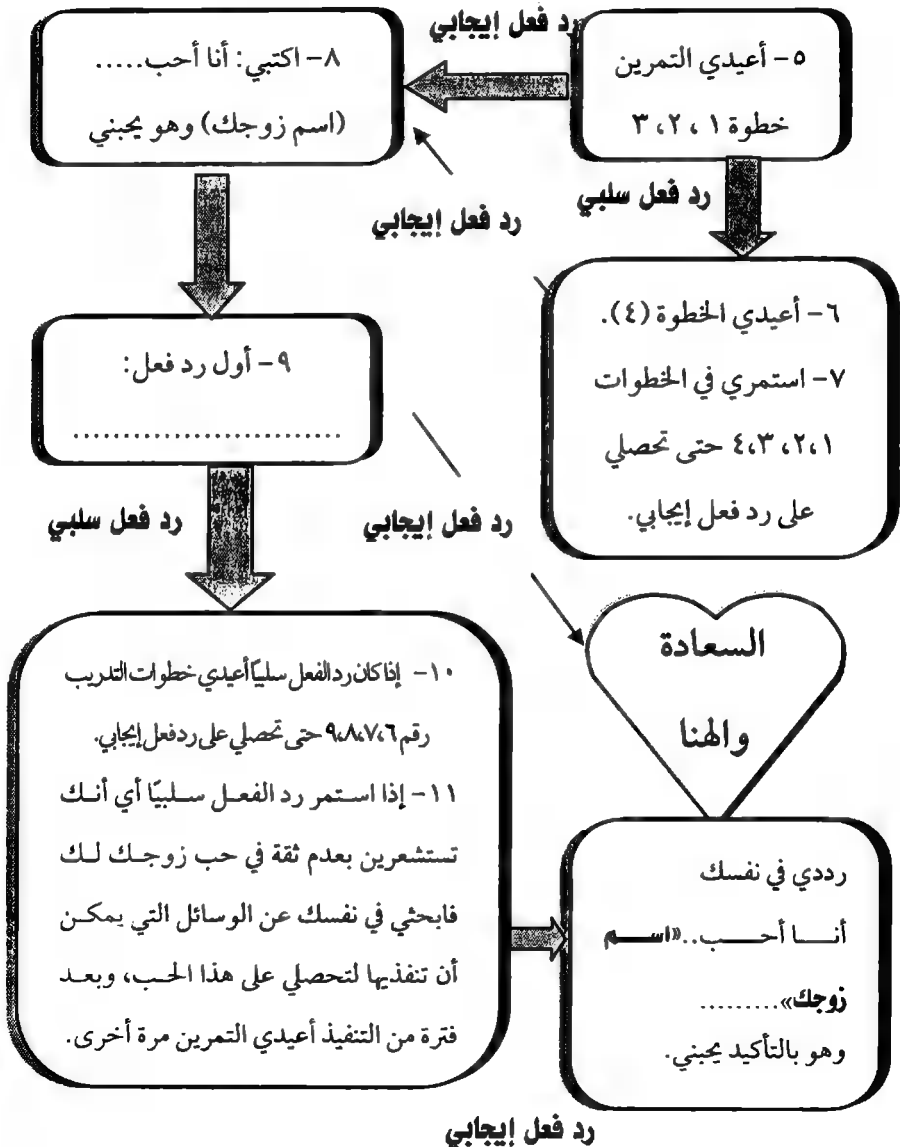


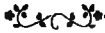
تمرين...

حوارات داخلية

﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا
وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ ﴾
استحضري صورة زوجك في أبهى منظر تحبين أن ترينه عليه







لا يغمض لي جفن



هكذا تفتحت بناييع الحب مرة ثانية في نفسك بعد أن
أدركت قيمة رفيق الرحلة، وتعرفت على بعض ملامح سعادتك
معه .

والآن وحتى يَعْذُبُ النهر، وتحلو رشفاته لا سبيل إلا أن
تفهمي رفيق دربك .

ولا يكون ذلك في جو صاخب، أو صوت عال؛ ولكن لا بد
له من همسات مودة، اجعلي شعارك ورداءك فيها ما أخبر
الحبيب المصطفى ﷺ به كل زوج وزوجة:

«ألا أخبركم بنسائكم في الجنة ... كل ودود ولود، إذا غضبت
أو أسيء إليها، أو عصت زوجها قالت: هذه يدي في يدك، لا
أكتحل بغمض حتى ترضى»^(١) .

فهيا يدك في يده تعزفان همسات المودة؛

لتصلا إلى فهم النفسيات .

(١) رواه الطبراني في (الأوسط)، باب: من اسمه أنس (٤/ ٢٧٠)، رقم (١٨١٠) وفيه رجل ضعفه البخاري.



فهم النفسيات



معامل النفسيات:

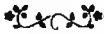
في معامل الكيمياء نقوم بوضع المواد في أنابيب اختبار، ونصبُ عليها موادًا أخرى؛ فتحدث تفاعلات، وتكون نتائجها مدهشة .

فبعض المواد تنتج فوراناً شديداً، وبعضها ينتج سخونة ودخاناً يتكاثف على هيئة سُحُب متصاعدة، بعضها أبيض، وبعضها أزرق، والآخر بلون القرنفل البنفسجي .

وقد يتحول السائل إلى حلقة بنفسجية، وقد تتكون كتلة هلامية داخل الأنبوبة، وقد يعطى رائحة نفاذة منفرة، أو مسيلة للدموع، وربما تكون رائحة جميلة وعطرة ومحبة .

وهكذا...

نتائج مختلفة، أساسها اختلاط مادتين ذواتي طبيعتين مختلفتين، وبفهم طبيعة كل مادة وسلوكياتها ورد فعلها تجاه المواد الأخرى تمكناً من إنتاج ما يفيد البشرية .



الزوجة الكيميائية:

وهكذا كل زوجة تريد أن تنتج حياة سعيدة لا بد أن تعرف طبيعة زوجها، وتفهم نفسيته، حتى تعرف كيفية التعامل معه، وسلوكه تجاه التصرفات المختلفة .

والموضوع متسع وعميق، ويدخلنا في المرحلة الثالثة من مراحل الحياة الزوجية **مرحلة التفاهم**: فكلما نجحت الزوجة في المرحلة الأولى **«التعارف»** في فهم نفسية الزوج، وتمكنت في المرحلة الثانية **«التألف»** من حسن التعامل مع هذه النفسية كلما كان ذلك عاملاً محفزاً أن تسرع برحلتها نحو المرحلة الثالثة **«التفاهم»** وتعبها في سعادة إلى المرحلة الرابعة.. حيث **«هُنَّ لِيَّاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِيَّاسٌ لَّهُنَّ»** .

ماذا يريد زوجك منك؟

ثم أعد أعرف ماذا يريد؟!!



هكذا صرخت الزوجة في حيرة، إما في نفسها، أو في وجه زوجها .
فقد تحاول الزوجة إرضاء زوجها، وتحدد بينها وبين نفسها إجابة هذا السؤال: **ماذا يريد لكي يرضى؟** وتسير في وسائل التنفيذ مرحلة ومراحل، ثم تفاجأ بأن زوجها غير راضٍ .



فتسأل نفسها: لماذا؟ ... لقد فعلت أقصى ما أستطيع لأحقق ما
يريد .. لكي يرضى، ولكنه لم يرضَ !!
هنا نقول لها: توقفي، واسألي نفسك: هل فعلاً ما حددت بينك،
وبين نفسك هو ما يرضى زوجك؟

لافتات:

وهناك لافتات ثابتة في حياتنا الزوجية، يظن البعض فيها الصواب،
وكثير منها تطبقها النساء دون النظر إلى الطرف الآخر .

زوجي لا يرضيه شيء

ولعت له أصابعي شمعاً

زوجي عصبي

واحذري أن ذلك قد ينقلب على نفسك بالضرر، فكثرة ترديد
الشكوى بينك وبين نفسك يصل بك إلى تصديق نفسك، ووصم الزوج
بصفة سيئة داخل نفسك، مما يجعل هناك تنافراً في النفسيات .

أما إذا ألقيت عنك هذا، وتذكرت لزوجك مواقفه الجميلة معك،
فسوف ينمى هذا عندك الرضى عن زوجك، برغم ما فيه من عيوب، مما
يجعلك أكثر قدرة على معالجتها تماماً .

ونقول لك أيتها الزوجة الغاملة:

إن الله لم يخلق البشر شكلاً واحداً أو طبيعة واحدة، ولكنهم مختلفون، وما يرضى هذا قد لا يرضى الآخر، وما يكون في قمة هرم احتياجات البعض قد يكون في مرتبة متأخرة للبعض الآخر؛ بل والبعض يكون راضياً في وقت وحالة مزاجية معينة عما لا يرضى عنه في وقت آخر. ←

ترويض الزوج...



يحكى أن سيدة كانت تعيش في حياتها الزوجية، فذهبت إلى عراف ليدها على ما تفعله حتى تروض زوجها وتسعد معه، فطلب منها العراف أن تأتي بسبع شعرات من ذقن أسد، فذهبت المرأة للصحراء ووضعت كمية من اللحم وقربتها

من عرين الأسد ثم انصرفت، وكررت هذا الأمر عدة أيام حتى عرفها الأسد، وبدأ ينتظر مجيئها بالطعام ويطمئن لوجودها، فكانت تضع له اللحم وتجلس بجواره حتى يستغرق في النوم آمناً لصحبته، وفي أحد الأيام وهو نائم بجانبها شدت من ذقنه سبع شعرات برفق وذهبت بهن إلى العراف، فقال لها متعجباً: استطعت ترويض أسد لا عقل له، ولا تقدرين على ترويض زوجك؟! .



كيف تغييرين سلوك زوجك؟

كانت هذه الحكاية للطرافة، والآن عليك خطوات محددة، لتغيير سلوك، أو إقناع زوجك بشيء ما:

١- البدء بذكر الإيجابيات، وتقدير الشخصية واحترام وجهة نظره.

٢- بيان أنك لا تقصدين التقليل من شأنه .

٣- توصيف السلوك المراد تحقيقه، أي: النتيجة التي تريد أن

تصلي إليها .

مثال: لا تقولي: إنك عصبي عالي الصوت، ولكن قولي: يا ليتنا

نكون أكثر هدوءاً، فإن الصوت المنخفض يسري إلى القلب والعقل .

٤- البعد عن الغموض، أو التعميم، أو استخدام ألفاظ تحمل أكثر

من معنى .

٥- البعد عن المقارنة بالآخرين، أو ضرب أمثلة بأحياء، ويمكن

ضرب أمثلة بالنبي ﷺ أو الصحابة والتابعين .

٦- بيان مقوماته الشخصية الإيجابية، والتي تساعد على تخفيف ذلك

السلوك .

٧- كل هذا يكون بعيداً عن الآخرين وخاصة الأطفال، أو أفراد

الأسرة من أهلك أو أهله .

٨- اختيار الوقت المناسب، والمكان المناسب، والأسلوب المناسب .

- ٩- ولا تنسى رقة العبارات ونعومتها، واللمسات الحانية، فمثلاً يمكن أن يكون حواركما ويده بين يديك، أو أصابعك في شعره، وأظن أن رائحة عطره، ولون ثوبك سيكونان عاملين مهمين في الإقناع .
- ١٠- تذكرني قوله تعالى:

﴿وَلَا تَسْتَوِ الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ ﴿٣٦﴾ وَمَا يُلْقِنَهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلْقِنَهَا إِلَّا ذُرَّ حَقٍّ عَظِيمٍ ﴿٣٧﴾ وَمَا يَزَعَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزَعٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ﴾ [فصلت: ٣٤ - ٣٦].



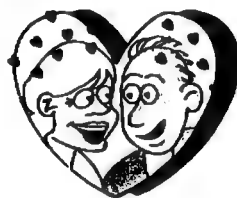


لمحات للذكرى



نذكرك ايها الزوجة الفاضلة قبل
ترك هذه الروضة ببعض ملامحها

الحب... ليس مجرد كلمة.. ولكنه يجري بالحياة في البيت مثل الدماء.



السعادة... هي رفيق على الدرب يتبادل

معك خطوات الحياة وتعيشا معاً... السكن والمودة
والرحمة.

إذا كنت في أشد الحاجة إلى زوجك كرفيق

لدربك فاعلمي وتأكدي أن زوجك في أشد الحاجة إليك فأنت كنز
ومصدر سعادته ومقياس حسن خلقه أمام الله والناس ثم نعيمه في
الآخرة.

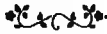
في رحلة عمرك... تبين بيتاً في الجنة موازياً لبيت الدنيا إذا قام الأخير

على إرضاء الله وإرضاء النفس بإشباع الحاجات والذرية وبناء المجتمع
بترية الذرية الصالحة

➡ فنحنأ معاً حقائب ثلاثة في الرحلة:

الأولى: عرفت أن الزواج مراحل « تعارف، وتآلف، وتفاهم »

وتكاتف».



الثاني: اختلاف المنابع قد يكون شر إذا لم نستوعب أنه يمكن أن ينمو الخصب عند التقاء النهرين.

الثالث: استخدام أكثر من مفتاح لفتح أبواب ارضاء زوجك سيهديك إلى المفتاح الصحيح.
حسني الحوارات الداخلية بتذكر حسنات زوجك حتى تصلي إلى الرضا.

بفهم النفسيات تستطيع كل زوجة حسن التفاعل مع زوجها.. بل وتصل إلى القدرة على تغيير سلوكه الذي لا ترضاه.



الفصل الثاني

ومائم السعااة الزوابة



- ١ - الفهم والتفاهم.
- ٢ - الحوار الهاديء.
- ٣ - الإشباع العاطفي.
- ٤ - الرضى والواقعية.



الدعامة الأولى



تعرين...

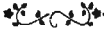
هل أنتما متفاهمان؟

أجيبني عن الأسئلة التالية بـ (نعم) أو (لا).

| م | السؤال | نعم | لا |
|----|--|-----|----|
| ١ | هل تُشعرين زوجك بحبك له وعدم إهمالك له؟ | | |
| ٢ | هل تتبعدين عن إظهار عيوب زوجك بشكل صريح؟ | | |
| ٣ | هل تتبعدين عن الاستهزاء بمشاعر زوجك؟ | | |
| ٤ | هل تقبلين اقتراحات زوجك دون استخفاف؟ | | |
| ٥ | هل توجد ثقة بينكما؟ | | |
| ٦ | هل تكثرين من المديح والثناء على زوجك؟ | | |
| ٧ | هل تتجنبين استفزاز زوجك؟ | | |
| ٨ | هل تتجنبين فرض أسلوبك، أو تفكيرك على زوجك؟ | | |
| ٩ | هل تُشعرين زوجك بأنه أفضل منك؟ | | |
| ١٠ | هل تتجنبين مقارنة زوجك بالآخرين؟ | | |
| ١١ | هل تركزين على إيجابيات زوجك؟ | | |
| ١٢ | هل تتجنبين ذكر سليات زوجك أمام الآخرين؟ | | |
| ١٣ | عندما تطلبين من زوجك طلباً ما، هل تختارين الوقت المناسب والمكان المناسب؟ | | |



| ٢ | السؤال | نعم | لا |
|----|--|-----|----|
| ١٤ | هل تحافظين على نظام وأسلوب حياته؟ | | |
| ١٥ | هل لديك الرغبة والقدرة على محاولة فهم زوجك؟ | | |
| ١٦ | هل تعطين الإنصات قدرًا من الأهمية مع زوجك؟ | | |
| ١٧ | هل تعبرين بصراحة عما يدور في نفسك؟ | | |
| ١٨ | هل تتجنبين الصمت الطويل؟ | | |
| ١٩ | هل تخصصين بعض وقتك للتزهر مع زوجك؟ | | |
| ٢٠ | هل يندر حدوث مشاحنات ومشاجرات بينكما؟ | | |
| ٢١ | هل تشاركان في أخذ القرارات في الشؤون المالية؟ | | |
| ٢٢ | هل تعالجان مشكلاتكما بهدوء؟ | | |
| ٢٣ | عند حدوث خلاف بينكما، هل تبادرين لاسترضاء زوجك؟ | | |
| ٢٤ | عندما تحققان هدفاً مشتركاً، هل تشعرين بالرضى والسعادة؟ | | |
| ٢٥ | هل تعتبرين نجاحه في الحياة نجاحاً لك؟ | | |



النتائج

| | |
|---|-----|
| ٢ | نعم |
| ١ | لا |

ضعي لنفسك الدرجات التالية ثم
احصلي على مجموع العمودين:

انفجار

فقر في السعادة:

٢٥ - ١٠

تناقض في الطباع بينكما .
ضمور في المصارحة .

تقلبات

سعادتكما بين شروق وغروب.

٢٥ - ١٠

تشابهت بعض الطباع بينكما .

مشكلاتكما تتأجج بين الهدوء والغضب.

حواركما محاولات لفرض وجهات النظر.

كل منكما يعرف مزايا الآخر .

ود ... وتفاهم .

٢٥ - ١٠

حوار صريح واضح.

نعم ... أنتما متفاهمان.

حب وسعادة

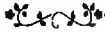




إذا أردت أن يستجيب لك:

احذري عندما تريدین شيئاً من زوجك أن تطليه في مثل هذه الأوقات:

- ١ - فور عودته من العمل .
- ٢ - وهو يمارس هواية أو عملاً يحبه .
- ٣ - حين يتابع نشرة الأخبار أو يقرأ الجرائد .
- ٤ - عندما يكون وسط ضيوفه .
- ٥ - أثناء حديثه عبر الهاتف .
- ٦ - وقت نومه وفي حالة إرهاقه .
- ٧ - أمام أهله أو أهلك .
- ٨ - في حالة لقائكما الحميم



اللاذات العشرين

موقف رفض....

عزيزتي الزوجة... ما موقفك من النصائح الزوجية؟
ارفضي أكثر من نصف النصائح التالية، ولكن قدمي مبرراً مقنعاً لرفضك.

١ - لا تقارني نفسك به، فهو مختلف عنك.

أوافق أرفض

لماذا.....

٢ - لا تقتحمي عزلته إذا فضل الابتعاد عن الآخرين، لحل مشكلة لديه.

أوافق أرفض

لماذا؟.....

٣ - لا تستفزيه إذا كان بطبيعته حاد الطباع، عصبي المزاج، ينفد صبره بسرعة.

أوافق أرفض

لماذا؟.....

٤ - لا تتوقعي منه أن يقوم دائماً بما ترغين؛ لأنه لا يفكر بأسلوبك في الغالب.

أوافق أرفض

لماذا؟.....



٥- لا تفرضي أسلوبك أو تفكيرك عليه؛ لأنه يغضب إذا شعر بنديتك له.

أوافق أرفض

لماذا؟

٦- لا تثقلي عليه بالحديث، فيشعر أنك ثرثرة.

أوافق أرفض

لماذا؟

٧- لا تنتظري أن يقول لك: آسف؛ لأنه لا يجب الاعتذار، وإن أراد فإنه يتبع

طرقاً أخرى غير المباشرة في التعبير عن ذلك.

أوافق أرفض

لماذا؟

٨- لا تشعره بعدم حاجتك إليه، حتى لا تفقدي عطاءه ورعايته لك.

أوافق أرفض

لماذا؟

٩- أحسن اختيار الكلمات حتى لا تؤذي.

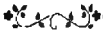
أوافق أرفض

لماذا؟

١٠- لا تثقلي من قيمة ما يقوم به من أجلك وأولادكما حتى لا تفقديه.

أوافق أرفض

لماذا؟



١١ - لا تتقديه أمام أهله وأصدقائه، لأن ذلك يخرج رجولته.

أوافق أرفض

لماذا؟

١٢ - لا تلحي عليه في السؤال عند خروجه، فقد يشعره ذلك بالضيق.

أوافق أرفض

لماذا؟

١٣ - لا تنفريه منك أثناء المعاشرة الزوجية فإنها تقوم على تبادل المشاعر.

أوافق أرفض

لماذا؟

١٤ - لا تنشري أسرار حياتكما فهذا يشعره بالخيانة.

أوافق أرفض

لماذا؟

١٥ - لا تزيد من طلباتك، فهو يحب الزوجة القنوع.

أوافق أرفض

لماذا؟

١٦ - لا تشعره بأنك أفضل منه، حتى لا تفقدي حبه واحترامه.

أوافق أرفض

لماذا؟

١٧ - أكثر من مظاهر حبك وحنانك له، فإن هذا يشعره بالرضى.

أوافق أرفض

لماذا؟



١٨- لا تتظريه دائماً أن يكون المبادر، فإن كرم الزوج في ردود أفعاله.

أوافق أرفض

لماذا؟

١٩- لا تهتمي بأولادك على حساب اهتمامك به، فهو يجب أن يكون مصدر

الاهتمام والرعاية طوال وجوده بالبيت.

أوافق أرفض

لماذا؟

٢٠- لا تتنازلي عن قوامته بالبيت، فتقدي دقة سفيتك.

أوافق أرفض

لماذا؟

هكذا لاحظت ان...

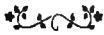
معظم هذه النصائح لا تستطيع زوجة عاقلة تدرك دورها في البيت السعيد أن ترفضها.

الآن... عليك أن ترجعي إلى النصائح التي أشرت إليها بالرفض، وناقشي

مع نفسك أسباب رفضك لها...

واظني... أن مؤشر السعادة سيرتفع كلما غيرت وجهة نظرك في كل

نصيحة من هذه النصائح التي رفضتها من قبل.



العقيدة الزوجية...

إذا استطعت أن ترصدي وجود أكثر النقاط الستة التالية في علاقتك مع زوجك، فسوف يكون لديك مقياس جيد للتفاهم بينكما:

١ - أنت تسعين دائماً لإرضائه، وتحاولين أن توفرين ما يلزم لراحته النفسية، ولديك القناعة بأقل رعاية واهتمام منه .

٢ - وجهات النظر لديكما متقاربة، فلا توجد فجوة تؤدي إلى بذل الجهد في توصيل وجهة نظرك إلى زوجك .

٣ - أنت تجيدين إدارة موقعك كربة بيت مسنولة عنه، بما فيه زوجك، فتعرفين أحب الأشياء إلى قلبه، وتدركين أن سعيك في سعادة بيتك - ومن باب أولى سعادة وإرضاء زوجك - هو جزء من سعادتك الشخصية وتحقيق لطموحك، ونجاح لإدارتك لذاتك.

٤ - وأنت على درجة من الثقافة الزوجية أهلتك لجمع جيد للمعلومات والخبرات عن طبيعة ونفسية شريك حياتك، وهذا من طبيعتك كأنثى لديها حب الاستطلاع والرغبة في كشف المجهول، لذلك أنت مدركة تماماً لأهمية الفهم والتفاهم كدعامة من دعومات الحياة الزوجية .



٥- وانت لديك كمًا هائلًا من العطاء والحب والإخلاص
أهلك لتبوءي مكانة عالية عند زوجك بجانب ثقة قوية في النفس،
وإدراك جيد لقدراتك جعلك مطمئنة لخطواتك في تغيير ما لا
ترضينه من سلوكيات زوجك، والطاقة التي تدفع ذلك كله هي
طاعتك لزوجك، وقدرتك على تقبل قوامته، ومعاونته عليها
بالشورى .

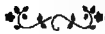
٦- لقد أدركت أن كل المسئوليات الملقاة عليك والمشاكل
المطلوبة منك هي في المرتبة الأخيرة بعد زوجك، حيث إن الأولوية
عندك لذلك الرفيق والشريك.
إذا كانت أكبر نسبة من النقاط الستة السابقة هي
جزء من عقيدتك الزوجية

فلقد أدركت تماماً أن الفهم هو الطريق إلى التفاهم



من فنون التعامل وقت الخصام...

نتيجة لضغوط الحياة، وثقل المسئوليات الملقاة على كل من
الزوج والزوجة فقد تحدث بعض نقاط خلاف بينهما ولكن ينبغي أن
يكون الزوجان متفاهمين حتى في أسلوب الخصام .



واليك بعضاً من فنون التعامل مع الزوج في وقت الخصام معه :

١- فكري قبل أن تردي على هجوم، أو استياء زوجك، فقد يكون متعباً أو مريضاً هذا اليوم، ولا يقصد حقيقة ما يقول ثم فكري في إجابة أو رد لطيف يهدى الجو .

٢- تجني إيذاء زوجك بكلام جارح، حتى لو كان صحيحاً .

٣- لا تكرري ردودك أو إجاباتك كلما تناقشتما حتى لا تثيرين زوجك .

٤- تجني الردود القاطعة أو التي تدل على أنه لا أمل، مثل: لن تتغير أبداً، أنت دائماً تسيء فهمي .

٥- من الخطأ التعامل بمفهوم: من سيكسب أخيراً، وكأنها حرب .

٦- تجني قدر الإمكان الشكوى لطرف ثالث، ليتدخل بينكما وإن كان ولا بد، فلا بد أن يرضى عنه زوجك ويختاره معك .

٧ اتفقا على أن يأخذ كل واحد منكما دوره في المبادرة بالصلح في أي مرة تختلفان فيها وحددي مكافئة جيدة لزوجك إذا بادر هو بمصالحتك وأنت تدركين أفضل مكافئة ترضيه .

٨- تجني إطالة فترة الخلاف، حتى لا يزيد التباعد بينكما من تضخيم المشكلة مهما كانت صغيرة .



٩- قبول النفس وقبول الزوج بقي من الوقوع في دائرة الخلاف أو

الخصام .

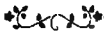
وهكذا بقياس قدر التفاهم بينكما ومعرفتكم وقت الطلب الناجح
وإدراك مواقف الرفض المدمرة للحوار وتثبيت عقيدة زوجية صحيحة في
قلبك وإجادة فنون التعامل وقت الخصام بينا **الدعامة الأولى** من دعامات
السعادة الزوجية **الفهم والتفاهم** فهيا لنبدأ في بناء الدعامة الثانية **الحوار**
الهادئ...





الدعامة الثانية





الحوار الهادي، (المصارحة) ...

الكلمات سفير المشاعر والخواطر والأفكار، والحوار هو جسر التواصل، وحبل الترابط، وشريان الألفة والتفاهم بين الزوجين.

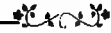
فكيف تكون الحياة إذا تصدع ذلك الجسر، أو تقطع ذلك الحبل، أو تصلب ذلك الشريان مُوقِفاً نبض الحياة في جسد العلاقة الأسرية؟! والأهم من ذلك: كيف السبيل إلى إصلاح الخلل وإحياء العلاقة من جديد؟.

هيا بنا نجلس ساعة:

إن الحياة الزوجية شركة قائمة على أسس ومبادئ، تسعى إلى إقرار الهدوء والسكينة والاستقرار، وأهم هذه الأسس **التفاهم والتحاور**.

ويعد الحوار الزوجي من أهم مقومات نجاح الزواج، إذ به تتقارب وجهات النظر، وتتسع المفاهيم والمدركات، وهو وسيلة ناجحة للتعبير والتفيس الفكري والانفعالي. كما أن الحوار في حد ذاته كسمة من سمات الحضارة يحتاج إلى مبادئ وأسس، ليصبح نافعاً ومفيداً، فهو يتطلب الاحترام والاستعداد وحسن الإنصات والتفاهم والرضى والقدرة على التوصيل، وعلى الزوجين اتباع تلك المبادئ، ليتم التفاهم والمحبة والتسامح.

والحوار أيضاً وسيلة لحياة زوجية سعيدة، كما أنه هدف من أهدافها في نفس الوقت، وأفضل الوسائل للوصول إلى ما تريدين هو الحوار.



طلب وحيد:

وقد طلبت من زوجين بينهما خلاف مستمر طلباً واحداً، هو أن يتنازل كل واحد منهما عن كل شروطه وطلباته أمام تحقيق هذا الطلب الواحد، وهو الحوار .

فلما سألاني عن معنى الحوار الذي أقصد، قلت لهما: أن يحاول كل واحد منكما أن يستمر الحوار بينكما .

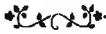
قالا: كيف؟

قلت: هناك لغة مدمرة للحوار، وهي قائمة على الاتهام المستمر، ومحاولة الحصول على وثيقة تدمغ الآخر بالخطأ .



ولكن الحوار الذي نريده بين الزوجين قائم على الاستمرار والتفافر،

لا التنافر .



قالا: تعني أن نتعاب؟ قلت لهما: لا، بل نتغافر .

فالتاب معناه أن يقول كل واحد للآخر: أنت فعلت كذا وكذا، فعليك الاعتذار، أما التغافر فمعناه أن يسامح كل طرف الآخر، ويسقط من ذاكرته هفواته .

كما يقول الشاعر:

| | |
|--------------------|-------------------|
| من اليوم تعارفنا | ونطوي ما جرى منا |
| ولا قلنا ولا قالوا | ولا كتم ولا كنا |
| وإن كان ولا بد | من العتب فبالحسني |

الاجار في الحوار:

والمصارحة مطلب حياتي في جميع مجالات الحياة، وليست مقتصرة فقط على الأزواج، ولكنها من أهم دعائم الأسرة السعيدة، فلا بد من المصارحة بين الزوجين، وتعليمها للأولاد، ولكن من أهم مشكلات المصارحة عدم وجود من يحسن الاستماع، فالكل مشغول بالحياة بما فيها من مشكلات وأعباء، كلنا يقول: «تكفيني مشكلاتي وهمومي ولا أودّ الزيادة» . فمن منا يستطيع أن يعيش بمفرده دون أن يطلق العنان لنفسه أن يتحدث للآخرين بصراحة؟ كل هذا يدبُّ أن يكون له رفيق مصارحة..

ولكننا نخشى دائماً أن نصارح أحداً، فيفضح أسرارنا .



وَحَرَىٰ بالزوجة أن توفر لزوجها هذا الرفيق الحاور في نفسها،
وتجعل من المصارحة سفينة للإبحار في الحوار الهادئ .

مشاعر ام وقائع...

وهناك فرق بين المصارحة بالمشاعر، والمصارحة بالوقائع والأحداث .
والمصارحة بالمشاعر لا تحتاج أحياناً إلى الكلام والألفاظ فهي تظهر
في لمسة يد، أو في تعبير على الوجه ..
أما المصارحة بالوقائع فمهمة في أمور كثيرة مثل:

١- في الأمور المادية: فلا بد أن تصارح الزوجة زوجها باحتياجاتها
المادية، وأن تضبط هذا الأمر معه من البداية،
ويكون هناك نوع من الوقفات للمراجعة .

٢- العلاقات الإنسانية: يجب على الزوجة أن تصارح زوجها بطبيعة
العلاقة بينهما، وما تحب أن تتعامل به، وما لا
تحب، وتسأله عن ذلك بالنسبة له، حتى لا
يخرج بعضهما الآخر دون أن يدري .



عشر خطوات لمصارحة سهلة ومقبولة:



وقبل أن نؤمن بالمصارحة يجب - أولاً - أن نغيّر بعضاً من عاداتنا، ونُقدِّم على خطوات أولية لها؛ لأن الصراحة ثقيلة أحياناً، وليست سهلة، فيجب التمهيد لها بتخفيفها وكثيراً ما يرفض الإنسان أن يواجهه آخر بصراحة. ولكي تنهيا الزوجة للمصارحة ندرج لها هنا (١٠) خطوات، بها تصبح المصارحة سهلة ومقبولة:

١- التمييز بين الخطأ والإنسان:

فإذا تصرف إنسان في موقف معين بطريقة لا تُرضي، فلا تقول له: «أنت غشيم» أو: «لا تفهم» .. فهذا سبب لشخصه، ولكن تقول: إن هذا الموقف خطأ .. أو: لم تكن مُوفقاً فيه .

٢ - الموضوعية:

يجب أن لا يحدث الخلط بين ما حدث في الوقت الحاضر، وبين ما حدث في الزمن الماضي، كأن يحدث خطأ بسيط من الزوج، فتنهال عليه الزوجة لوماً، بأنه ومنذ زمن حدث كذا وكذا منه، ولكن عليها بالموضوعية في التعامل مع الموقف نفسه .

٣ - اختيار الكلمات:

الأسلوب أو انتقاء الكلمات سلاح ذو حدين: إما أن يزيد المشكلة اشتعالاً أو يقضي على الخلاف قبل تفاقمه، إذن فالوضوح مطلوب،



وتجنب الغموض أيضاً مطلوب في المصارحة، فعلى الزوجة ألا تحوّر الكلمات، ولكن تحدد عباراتها، فهو أجدى للمصارحة .

٤ - اختيار الأسلوب الهادئ المباشر:

الصوت مهم في المصارحة، فالأفضل أن يكون هادئاً؛ لأن ارتفاع الصوت يظهر الغضب، ويقطع الحوار، وكذلك إشارات الأيدي بانفعال .

٥ - التجزئة في المصارحة:

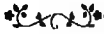
لا تلقي كل عيوبه في وجهه مرة واحدة؛ ولكن يكفي عيباً كل شهر مثلاً .

٦ - اختيار الوقت المناسب:

أنسب وقت للمصارحة متى كان الطرفان هادئين، فإذا كان أحدهما متوتراً فلن تكون هناك مصارحة بينهما، واحذري تصفية الحساب في غرفة النوم؛ فإن ذلك يشعر الزوج بأنه نوع من الابتزاز المرفوض وليست مصارحة .

٧ - على انفراد:

احذري مخاطبة الزوج عن نقص أو خطأ فيه أمام الأهل أو الآخرين أو حتى الأبناء؛ لأن هذا الأسلوب يحدث شرخاً في العلاقة الزوجية، ولكن الانفراد للمصارحة أفضل وأسلم .



٨. البدء بالإيجابيات قبل السلبيات:

لا تذكر السلبيات في بداية الحوار، وليكن الحديث عن الجانب الإيجابي أولاً، فهذا يمهّد لسماع الجانب السلبي .

٩. عدم التسويف:

هنا يأتي سؤال:

متى أصرّخ زوجي؟

الإجابة..

لا تؤجّلي المصارحة إلى وقت بعينه حتى لا تثبت العادات التي تكرهينها وتتراكم الأمور المرفوضة فتسبب لك ألم مستمر؛ ولكن سارعي بلفت النظر بركة وإظهار الرفض بشكل يفهمه .

١٠. أن تكون متبادلة:

أي لابد أن يكون جميع أفراد الأسرة متحلين بالمصارحة وإدارة الحوار والنقاشات؛ فليس من الطبيعي أن يوجد في الأسرة فرد واحد فقط صريح.

فكّل الحوار...

والآن - عزيزتي الزوجة - انظري إلى هذه الحالات الحوارية، وتعرفي على طرق قتل الحوار وتعلمي منها.



كيف تصنّيه الطريق أمام حوار يمشي العويني، ثابت الخطأ على مدارج القلوب
والعقول؟

اختاري الآن أفضل الردود من وجهة نظرك، ليستمر الحوار



حالة ١: الترقية

الزوج في جلسة استغراق، يتبّه فجأة ويقول لزوجته الجالسة في
استرخاء:

- نورا، ماذا أفعل لو لم يختاروني في الترقية الجديدة في العمل؟
ألست كفاءً لهذه الدرجة .

ترد نورا بأحد الردود التالية:

أ- يا خبر، لازم يختاروك، إحنا في أشد الحاجة لزيادة المرتب .

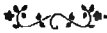
ب- يختاروك؟! أنت فلان الفلاني ابن المدير علشان يختاروك .

ج- يا حبيبي دي عايزة كفاءة خاصة !!

د- ماذا سيحدث يا حبيبي .. هُما الخسرانين، ألف

وظيفة تحتاج جهودك وخبراتك .





حالة ٢: شبت

أحمد بعد عودته من الشغل يحكي لزوجته إيمان عن بعض ما لاقاه في العمل، وإيمان ترتب الغداء على مائدة الطعام .

أحمد: شفتي يا ستي الي حصل النهارده ... المدير عجبه قوي المشروع الجديد الي عامله أنا وزملائي .

إيمان: أما أنا بقى عمالك حنة مشروع، مشروع بطاطس باللحمة المفرومة .

ينظر أحمد إليها في ضيق، وهي تذهب وتحضر الغداء .

أحمد: ما أنا شامم ... كنت بأقول إيه ... آه، وقرر يا ستي إنه يبحث الموضوع مع رئيس مجلس الإدارة في الاجتماع الشهر ده، ادعي لي ربنا يسهل ويوافق، دي ها تبقى خبطة العمر يا إيمان .

إيمان: كويس عشان عندنا شوية حاجات عايزين نجيبها في البيت مهمة .. على فكرة ابنك جايب درجات وحشة قوي الشهر ده، والمدرس بتاعه عايزك تروح ضروري تقابله بكرة، ياللا خلاص الغدا جاهز .

أحمد: بصراحة أنا شبت .





كيف نتمى الحوار الزوجي؟



اقرأ النعليمات التالية وحاولي مراجعتها في سلوكك الحوارى مع زوجك...

- كيف نتمى الحوار الزوجي؟
- ١- الإنصات وليس الاستمناع.
- ٢- كوني مسئولة عن عباراتك.
- ٣- استخدمى الطلب البناء.
- ٤- اشكري شريكك.
- ٥- التشجيع وإظهار السعادة.
- ٦- اعبدى صياغة ما سمعته.

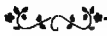
١- الإنصات وليس الاستماع هو

أساس الحوار:

ويمكنك تحقيق ذلك بالتالي:

- أ- واجهى شريك الحياة بشجاعة، وحققى التواصل بالحوار قدر الإمكان.
- ب- عززي الحوار عن طريق الابتسامة، وهز الرأس «بالإيجاب».
- ج- لا تقاطعي وانتظري حتى

- يتمى شريكك من الحديث، وتذكرى الفرق بين الإنصات والاستماع.
- د- استخدمى طريقة السؤال المركب: اسألي السؤال، ثم شكلي السؤال الآخر بناء على الإجابة.
- هـ - استخدمى التعليقات أثناء الحوار، مثل: «إزاي»، كيف، أين، متى، بدل استخدام كلمة لماذا، «ليه».
- و- ليكن الهدف من الحوار هو الفهم العميق للطرف الآخر ورأيه، وليس المعاتبة والاستجواب.



ز- تأكدي من عدم إصدار أحكام وقت إنصاتك لشريكك .

٢- كوني مسنولة عن عباراتك:

وذلك بالبداية بـ «أنا»، وليس «أنت»، والأفضل أن تكرر الضمير «نحن» في أكثر من موقف، لإشعار الزوج بالمشاركة والتداخل .

٣- استخدمى الطلب البناء أثناء الحوار عن طريق: أنا - أشعر - أريد

- أتمنى .

٤- اشكري شريكك على كل الأعمال التي قدمها لك، واعلمي أن

مفتاح قلب الرجل: الشكر والاعتراف بالجميل .

٥- التشجيع وإظهار السعادة عند طرح الموضوع يخففان من حدة

النقاش .

٦- أعيدي صياغة ما سمعته من شريكك للتأكد من دقة فهمك

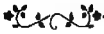
للمرسالة التي استقبلتها .





أسرع وسائل تدمير الحوار بينكما

- ١ - تظاهري بمعرفتك بما سيقوله، أو يفكر فيه قبل التلفظ به.
- ٢ - تحدثي عن أخبار الجو والمطر !
- ٣ - عاتبي زوجك على كل مشكلة مهما صغرت !
- ٤ - تجنبني التحدث عن المشاعر الإيجابية تجاه زوجك !
- ٥ - عند الخلاف لا تنسي استحضار خلافات سابقة لم تحل !
- ٦ - عند رؤية الخطأ لا تترددي في إصلاحه عند وقوعه !
- ٧ - لا تناقشي زوجك إلا عندما تكون روحك المعنوية منخفضة !
- ٨ - صححي لزوجك كلماته الخاطئة أولاً بأول !
- ٩ - لا تناقشي زوجك إلا أمام أهلك أو أهله !
- ١٠ - صارحي لزوجك بكل عيوبه مرة واحدة !
- ١١ - استمري في نقاشك، حتى وإن رأيت الغضب على وجه زوجك !



مقياس للحوار:

١ - أنت تؤمنين أن الحوار هو لغة العصر، وأهميته تعلو بين الزوجين المشتركين في كل أجزاء الحياة. ولذلك فإنك تؤمنين أن الحوار شرط أساسي للفهم والسعادة الأسرية.

إذا استطعت أن أُرصد
النقاط التالية في علاقتك
مع زوجك، فسوف يكون
لديك مقياس للحوار
بينكما.

٢ - أنت تترين أن جلسات الحوار

الزوجي تتم في حياتك بالشكل الذي تتمنيه، ويحقق رضاك .
٣- برغم انشغالك الشديد، والمسئوليات الملقة عليك، فإن قدرتك على التحمل عالية، ورغبتك في وجود جو الحوار والتفاهم قوية، كما أن لديك سمة تكرار الحديث وتنويعه، للوصول إلى الحل، ولذلك فإنك لا تعانين غالباً من مشكلة توفر الأوقات والأجواء المناسبة لجلسات الحوار، بل تدللين هاتين المشكلتين من أجل الحوار .

٤ - في الغالب - جلسات الحوار بينكما تسير دون معوقات، حيث إنك تتحكمين في حالتك المزاجية، ولا تميزين بتعصب في الرأي، يجعلك تحتاجين إلى استعداد نفسي ولفظي قبل بدء الحوار، بجانب أن الطرف الآخر محاور سهل .. لا عُقد لديه .



٥- لديك قدرة على تجاهل عثرات الطرف الآخر، وتقدير ميزاته،
فلذلك يعجبك أسلوبه في الحوار، مما يجعل طرفي الحوار على امتداد
مستمر .

٦- لديك القدرة على ضبط وقت الحوار، وعدم إملال الطرف
الآخر، وجذب انتباهه، فلذلك لا تلاحظين أنه لا يحسن الإنصات إليك،
و تلاحظين أنه يعطيك الانتباه الكامل، وأن تقديرك لمشاغله يجعلك
تضبطين الوقت اللازم لهذا الحوار، بحيث يكون كافياً لعرض المشكلة
والتعامل معها، دون الدخول في ثرثرة.

وهكذا بإدراك أهمية المصارحة، واهتمامكما بإبقاء الحوار بينكما
ومعرفة خطوات المصارحة السهلة المقبولة.. واستعراض حالات قتل
الحوار مع الزوج لتدركي وسائل تنمية هذا الحوار وطرق تدميره أيضاً
وتثبيت مقياس نفسي لحوار في حياتك.

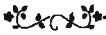
انتهينا من بناء الدعامة الثانية وننتقل إلى الدعامة الثالثة من دعائم
السعادة الزوجية الإشباع العاطفي.





الدعامة الثالثة





الحب



- هل صحيح أن الحب يخرج من النافذة عندما يدخل
الزواج من الباب؟

- هل صحيح أن الزواج يقتل أحلام الحب بالضرورة القاضية؟

- وهل صحيح أيضاً أن الحب عمره قصير، وأن الزواج هو شهادة
وفاته؟.

- ولماذا يتهم الزواج بأنه يفشل في الحفاظ على الحب داخل عُش
الزوجية؟.

- لماذا يحدث كل هذا داخل بيوتنا؟! .. أو على الأقل: لماذا نعتقد أن
هذا هو ما يحدث!!!؟

- لماذا تراود الأزواج الظنون والأحاسيس بأن مشاعرهم الرومانسية
قد جفّت، وطاقاتهم العاطفية قد نضبت؟



إذا كان من حق كل إنسان أن يلتبس معاني الحب ومشاعر
العاطفة بمن حوله، فإنه من باب أولى أن يحقق ذاته، وينال إشباعه ويُرضي
أعماقه من شريك حياته الذي اختاره من دون سائر البشر: زوجاً وسكناً،
ومودة ورحمة .



للإجابة على هذه التساؤلات وطسح لك علامات التعجب.....

سوف ندخل هذه الحديقة الجميلة، ونعالج زهورها التي كادت تذبل، وجداولها التي كاد غناء خريرها يتوقف .

لا بد أن يستيقظ الحب



بالحب المتدفق، والعاطفة الحميمة، والعلاقة الدافئة بين الزوجين ترفرف طيور السعادة، ومعها تهون كل المشكلات، وفيها تتراحم معاني التضحية والإيثار، ومنها تتفجر ينابيع العطاء الإنساني الالامحدود .

إن تنوع الوسائل لتجديد هذا الحب .. هو بمنزلة التغذية ومن دون هذه التغذية يموت الحب.


فكل زواج يحتاج إلى العناية والاهتمام، تماماً كالنبته الخضراء، قلة التغذية والإرواء تجعلها تجف وتموت حتى وإن بقيت غصناً يابساً واقفاً لا روح فيه .

إن جميع الزيجات - حتى أسعدها - تمر بمسارات مشحونة بالعوائق، مما يتطلب الحذر الشديد من أن تخلق هذه العوائق جواً من الفقر العاطفي بينكما.

كاول امشوار:

أقول لكل زوجة...

ابحثي عن وسائل كانت تقوي وتشير مشاعره الحميمة، وجدديها وابتكري فيها ومارسيها معه.

 يجب أن يشعر شريك حياتك بأنه هو نور عينيك، والأول من حيث الأهمية في حياتك، تماماً كما كان يشعر بذلك في بداية المشوار، بكلمات الود الذ... وعبارات رقيقة تَعوِّدُ أن يسمعها منك يومياً قبل مغادرته المنزل .

أو قبل انتهاء مكالمة هاتفية غير متوقعة أثناء النهار .

أو قبيل النوم .

أو حين الاختلاء به لتبادل المعانقات بعد نهاية يوم مجهد .

أو عند الصباح قبل بدء رحلة العمل .

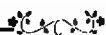
أو في لقاء جمكما على مائدة الطعام .

أو أثناء نزهة قمتما بها سيراً على الأقدام في جو هادئ .

كوني مرحة واجعلي للضحك والمرح دوراً في حياتكما، واعلمي بأنه منشط للعلاقة الزوجية، ويقودها إلى النجاح، وليس من الممكن تجاهله؛ لأنه مبعث للمودة والألفة، ويشجع على التلاصق وتبادل الآراء والعواطف .

أقول لك:

 اجعلي زوجك يبتسم حين يتذكر آخر لقاء بينكما .



الإجازة:

هل يملك الإجازة أن تفعل مفعول السحر في حياتكما؟

نعم...

إذا خططت خلالها للوقت بحكمة؛ لأنكما تحتاجان إلى الابتعاد عن البيت للاسترخاء والاستجمام، وإراحة البال، إن من شأن ذلك أن يؤدي إلى الخروج من حلقة التوتر وروتين حياتكما اليومية، وينشط تفاهمكما معاً، ويرفع من معنوياتكما، ويصبح هناك مجال لاستئناف حياة زوجية جديدة بعد العودة إلى البيت.

حاولي التخطيط لرحلة قصيرة تقومان بها بعيداً عن المنزل والأولاد، ولو اقتصرت على الذهاب إلى إحدى الحدائق في المدينة نفسها التي تعيشان فيها .

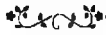
رسالة غرام:



هل فكرت أن ترسلي لزوجك خطاب غرام، تبئين فيه أشواقك وغرامك وهيامك، أو حتى «كارتاً» رقيقاً عليه زهرات ندية .

قد تقول إحداكن: كيف أرسله وهو معي؟ أقول لك: ولم لا؟ الحقيقة أن هناك تقصيراً شديداً عند الزوجة في إسباغ كلمات الحب على زوجها، بل وتنتظر دائماً أن يعبر هو عن حبه؟! وذلك إما خجلاً أو خوفاً .

على العموم هذه فكرة جديدة، لِمَ لا تنفذونها الآن؟!



واليك نموذج خطاب ترسلينه لزوجك، أو تضعينه بين أوراقه،
ليصافح عينه كأنه ابتسامة رقيقة منك تلازمه في أي مكان:

لن أنسى أنك اخترتني من بين كل نساء
الأرض زوجة لك .. وستبقى ما حييت تاج
رأسي.. وحبیب عمري ..
حبيبي...



أكتب إليك بخط يدي ..
كلمات هي نبض قلبي ..
فأنصت إليها بقلبك ...

زوجي الحبيب .. يمكنك ان تكتب ردك هنا..

.....

.....

.....

زوجتك المحبة



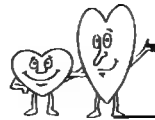


وحتى يستيقظ الحب.....

تذكري...

- ١- ما كان يقوى مشاعر الحب في أول المشوار .
- ٢- كلمات الود الدافئة .
- ٣- العناق والملاسة المستمرة، وخاصة عند الوداع واللقاء .
- ٤- الضحك والمرح .
- ٥- خططي للإجازة جيداً، وتعاوني على نجاحها .
- ٦- ابتكري في التعبير عن الحب، كإرسال خطاب غرامي مثلاً
- ٧- ارتدي له، وتعطري له، وغني له .
- ٨- تهادوا تحابوا .
- ٩- املئي كيائك بأنك تحبينه .
- ١٠- الاجتماع على طاعة الله .





دوام الحب ... كيف يتحقق؟

لا زال المحور الذي يدور حوله هذا الكتاب هو قوله ﷺ: ﴿وَمِنْ أَعْيُنِي أَنْ خُلِقَ لِكُلِّ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَحَمَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [الروم : ٢١] .

والمتدبر في هذه الآية الكريمة يلمس أنها شملت معان كثيرة للحياة العاطفية بين الزوج والزوجة، تبدو في مثلث السعادة الذي ذكرناه من قبل.

وأول معنى نضمنه هو:

سكينة النفس التي إذا توفرت بعثت على البهجة والفرح، وأدت إلى تمتع الفرد بصحة نفسية تساعد على الإقبال على أمور الحياة، وتخطي صعابها، فيبدع الرجل في عمله، وتحسن الأم تربية صغارها، وتقدم الأسرة للمجتمع جيلاً من الأبناء يفخر بهم بلدهم كما يفخر بهم والداهم.

أما **المودة والرحمة** المستمدان من أسماء الله الحسنى «**الودود**

والرحمن» فهما أجمل ما في الارتباط من معانٍ، وأهم تأثير لهما في النفس البشرية هو رفع الروح المعنوية.

وهذه المعاني الجميلة هي الأهداف الأساسية للحياة الزوجية، والتي بدونها لا تستقر أمور الأسر، ولا يستمر بقاء الإنسان على وجه الأرض .



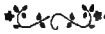
الحب الأعمى...

تقول إيفيلين ميليسوفال في كتابها «كيف تبني حياتك الزوجية؟»: «الحب الذي تصوره لنا القصص ما هو إلا نسيج الأحلام، إنه ينشأ عن الآمال والتصورات، إنه يجعل الفتاة ترى فيمن يحب صورة للرجل المثالي التي لا يمكن أن يحياها الإنسان في عالم الواقع، والحقائق تقف حجر عثرة في سبيله، ومن أجل ذلك كان هذا الحب أعمى» .

إنك عندما تفكرين في الزواج، عليك أن تميزي بين ما هو خيالي في الحب، وما هو حقيقي .

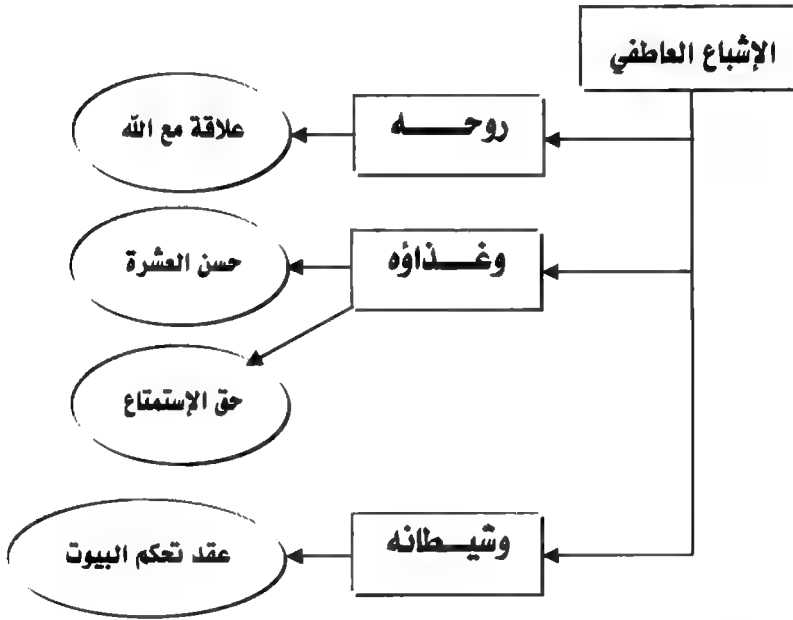
♥ فالحب الحقيقي ينمو بين الزوجين على مرّ الأيام، وتدعمه العشرة والصحبة، إنه يحل تدريجياً محل الحب الخيالي، كلما ازدادت العشرة والصحبة، وليس معنى ذلك أنه لا يصح الزواج بين غير المتحابين، فإن الحب غالباً ما يتولد بعد الزواج، نتيجة تبادل المودة، وحسن التفاهم، والمعاملة الطيبة، وإنكار الذات .





مجاور الإشباع العاطفي:

ولذلك نقول إن:



المحور الأول «مع الله»:

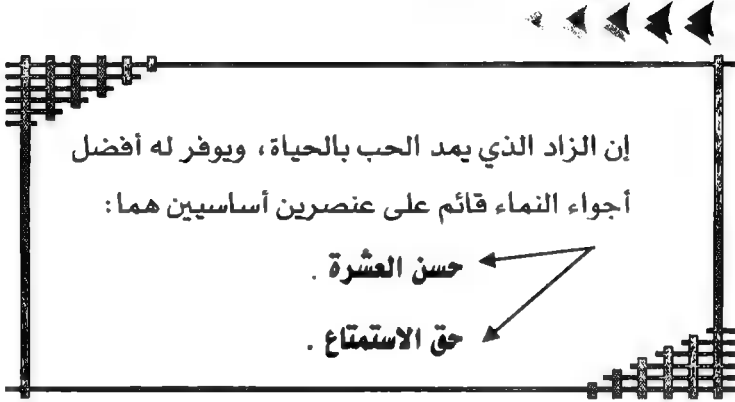


فالله ﷻ هو الذي جعل بينكم مودة ورحمة، فحسن الصلة بالله أساس لتعميق الحب بين الزوجين، «وإذا أحب الله عبده أمر أهل السموات



والأرض أن يحبوه»^(١)، والدعاء للزوج بظاهر الغيب أفضل السبل لجلب حبه.

المحور الثاني «حسن العشرة»:



ويتعلق حسن العشرة بالصلات التبادلية بين الزوجين: اللفظي منها والفعلي، ومؤداها أن يحاول كل منهما التأخي، والتألف، والتقارب، والتفاهم، وبناء العلاقات الطيبة بينه وبين شريك حياته .

المحور الثالث: «حق الاستمتاع»:



وهذا الحق جزء لا يتجزأ من حسن العشرة، فالمقصود بالاستمتاع: هو التمتع بالعلاقة الزوجية، وهو حق مشترك بين الزوجين .

(١) رواه البخاري: (كتاب الأدب، (باب الملقاة من الله، رقم ٥٥٨٠)، ومسلم: (كتاب البر والصلة، باب إذا أحب الله عبداً حبه إلى عباده رقم ٤٧٧٢).

ولذلك دعا الرسول الكريم ﷺ الزوجة إلى عدم منع زوجها من الاستمتاع بها .

وفي العصر الحديث يؤكد «وليام كلاسر» وهو أحد علماء الإرشاد النفسي على أن المتعة والمرح من الحاجات النفسية الأساسية، التي لو افتقدتها المرأة اختل توازنه .

وأخيراً لو أعطي كل شريك شريكه حقه، وأحسن عشرته، وكان سبباً في متعته، لدامت العشرة مشبوبة بالمحبة على مر السنين .

أما المحور الرابع:



فهو مجموعة من العُقد لو تمكنت الزوجة من التخلص منها لصفها لها ذلك الحب، وسميهاها: **عُقد تحكّم البيوت** .

معاني وعجباتي:

والتي تتعرفي على مستوى هذه المحاور في حياتك، إليك هذه الخدمات المناظفة السريعة التي تحتاج منك سرعة الإجابة:
لا تفكري كثيراً ...

فقط اكتبي أول ما يخطر على بالك ...

وقبل أن تبدأي الاختبار أمامك ٧ اختيارات أحب أن أوضحها لك:



١- لا أعرف معناها:

أي أن هذه الكلمة إما أنك لا تعرفين المقصود منها، حيث إنها لم تمر عليك من قبل في حياتك الزوجية، أو أنها ليست في قاموسك الزوجي .

٢- أعرف معناها .. ولا تعجبني:

هو تسجيل لعدم اقتناعك بهذه الكلمة برغم معرفتك لمعناها، وعلى هذا فانت لا تنفذين معناها في حياتك .

٣- تعجبني .. ولا أعمل بها:

هذه الكلمة معلومة وواضحة لديك تماماً، بل وأنت معجبة بها كقيمة وشعار، ولكنها لا تتعدى مرحلة الإعجاب والشعارات إلى العمل والتنفيذ في حياتك، وذلك لأي سبب إما كسلاً أو كبراً أو بسبب الطرف الآخر .

٤- أعمل بها:

لقد تعديت مرحلة الإعجاب إلى مرحلة العمل بالمعنى الذي تفهمينه لهذه الكلمة، ومستوى العمل متدرج في أربعة اختيارات، فقد يكون:

- أعمل بها نادراً .

- أعمل بها أحياناً .

- أعمل بها غالباً .

- أعمل بها دائماً .

إذن فأنت ستختارين اختياراً واحداً من الاختيارات السبعة السابقة،
لنرى أى هذه المعاني ستقولين عنها: إنها هاني وعجباني .
ثم سجلي إجاباتك في المربعات الأربعة على ورقة هياها الإشباه
العاطفي التالية للاختبار .



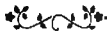


اختبار...

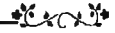
معاني وعجباي

عزيزتي الزوجة: هذه كلمات لها معان، ما موقعها في حياتك الزوجية؟

| الكلمات | لا اعرف معناها | اعرف معناها ولا تعجبني | تعجبني ولا اعمل بها | اعمل بها | | | |
|-----------------------|----------------|------------------------|---------------------|----------|---------|--------|--------|
| | | | | نادراً | أحياناً | غالباً | دائماً |
| ١- التوضيح | | | | | | | |
| ٢- التفاهم | | | | | | | |
| ٣- الدلال | | | | | | | |
| ٤- يا (سي السيد) | | | | | | | |
| ٥- صوم السنن بإذنه | | | | | | | |
| ٦- الإطعام في الفم | | | | | | | |
| ٧- الأتوثة | | | | | | | |
| ٨- فلوسي وفلوسك | | | | | | | |
| ٩- تضحك في وجهه الماء | | | | | | | |
| ١٠- لا يغمض جفني بنوم | | | | | | | |
| ١١- ليلة الجمعة | | | | | | | |
| ١٢- أمك .. أمك | | | | | | | |
| ١٣- الدعاء | | | | | | | |

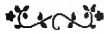


| الكلمات | لا أعرف معاها | أعرف معاها ولا تعجبني | تعجبني ولا أعمل بها | أعمل بها | | | |
|-------------------------|------------------|-----------------------------|------------------------------|----------|---------|--------|--------|
| | | | | نادرًا | أحيانًا | غالبًا | دائمًا |
| ١٤- المدح التفصيلي | | | | | | | |
| ١٥- اللمسات الحاتية | | | | | | | |
| ١٦- تقبيل اليد | | | | | | | |
| ١٧- اللهم اغفر لزوجي | | | | | | | |
| ١٨- التسامح | | | | | | | |
| ١٩- مفتيح حجرة النوم | | | | | | | |
| ٢٠- لست خادمك | | | | | | | |
| ٢١- هو جنتي وناري | | | | | | | |
| ٢٢- تهادوا تحايوا | | | | | | | |
| ٢٣- رائحة الثوب والمرير | | | | | | | |
| ٢٤- ابن أمك | | | | | | | |
| ٢٥- رضي والحمد لله | | | | | | | |
| ٢٦- الصوت العالي | | | | | | | |
| ٢٧- النظافة الداخلية | | | | | | | |
| ٢٨- أنا حرة | | | | | | | |
| ٢٩- قيام الليل معاً | | | | | | | |



| اعمل بها | | | | تعجني ولا أعمل بها | أعرف مغناها ولا تعجني | لا أعرف مغناها | الكلمات |
|----------|--|--|--|-----------------------------|--------------------------------|----------------------|---------------------|
| | | | | | | | ٣٠- إن كنت راجل... |
| | | | | | | | ٣١- لباس لكم. |
| | | | | | | | ٣٢- قوامون |
| | | | | | | | ٣٣- جلسك القرآن معه |
| | | | | | | | ٣٤- الخروج معاً |
| | | | | | | | ٣٥- يا حبيبي |
| | | | | | | | ٣٦- كرامتي |
| | | | | | | | ٣٧- الاستئذان |
| | | | | | | | ٣٨- الصمت |
| | | | | | | | ٣٩- حديث الوسادة |
| | | | | | | | ٤٠- شدة الغيرة |





مقياس الأشباع العاطفي

سجلي إجابته هنا لتعرفي درجاتك في كل محور:

٢- حسن العشرة

١- مع الله

| الدرجة | لا أجعل مشاكلا | تجنبني | أعزل مشاكلا ولا | تجنبني ولا أعزل بها | أعمل بها | | | |
|---------|----------------|--------|-----------------|---------------------|----------|-------|-------|------|
| | | | | | تفكرا | أحييا | غلايا | داذا |
| ٢ | ٠ | ٠ | ٠ | ١ | ٢ | ٣ | ٥ | ٧ |
| ٦ | ٠ | ٠ | ٠ | ١ | ١ | ٢ | ٥ | ٧ |
| ١٠ | ٠ | ٠ | ٢ | ٢ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ |
| ١٤ | ٠ | ٠ | ١ | ١ | ١ | ٢ | ٦ | ٧ |
| ١٨ | ٠ | ٠ | ١ | ٢ | ٢ | ٣ | ٥ | ٧ |
| ٢٢ | ٠ | ٠ | ٠ | ١ | ١ | ٢ | ٥ | ٧ |
| ٢٦ | ٧ | ٠ | ٠ | ١ | ١ | ٢ | ٥ | ٠ |
| ٣٠ | ٠ | ٠ | ٢ | ٢ | ٢ | ٤ | ٥ | ٠ |
| ٣٤ | ٠ | ٠ | ١ | ٢ | ٢ | ٣ | ٥ | ٧ |
| ٣٨ | ٠ | ٠ | ٠ | ١ | ١ | ٢ | ٥ | ٧ |
| المجموع | | | | | | | | |

| الدرجة | لا أجعل مشاكلا | تجنبني | أعزل مشاكلا ولا | تجنبني ولا أعزل بها | أعمل بها | | | |
|---------|----------------|--------|-----------------|---------------------|----------|-------|-------|------|
| | | | | | تفكرا | أحييا | غلايا | داذا |
| ١ | ٠ | ٠ | ٠ | ١ | ٢ | ٣ | ٥ | ٧ |
| ١١ | ٠ | ٠ | ٠ | ١ | ١ | ٢ | ٥ | ٧ |
| ١٦ | ٠ | ٠ | ٢ | ٢ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ |
| ١٣ | ٠ | ٠ | ١ | ١ | ١ | ٢ | ٥ | ٧ |
| ١٧ | ٠ | ٠ | ١ | ٢ | ٢ | ٣ | ٥ | ٧ |
| ٢١ | ٠ | ٠ | ١ | ١ | ١ | ٢ | ٤ | ٧ |
| ٢٥ | ٠ | ٠ | ٠ | ١ | ١ | ٢ | ٤ | ٧ |
| ٢٩ | ٠ | ٠ | ٢ | ٢ | ٢ | ٤ | ٥ | ٧ |
| ٢٣ | ٠ | ٠ | ١ | ٢ | ٢ | ٣ | ٥ | ٧ |
| ٢٧ | ٠ | ٠ | ٠ | ١ | ١ | ٢ | ٥ | ٧ |
| المجموع | | | | | | | | |

٤- عقد تحكم البيوت

٢- حق الإستمتاع

| الدرجة | لا أجعل مشاكلا | تجنبني | أعزل مشاكلا ولا | تجنبني ولا أعزل بها | أعمل بها | | | |
|---------|----------------|--------|-----------------|---------------------|----------|-------|-------|------|
| | | | | | تفكرا | أحييا | غلايا | داذا |
| ٤ | ٧ | ٧ | ٥ | ٠ | ١ | ١ | ٠ | ٠ |
| ٨ | ٧ | ٧ | ٥ | ٠ | ٤ | ٢ | ١ | ٠ |
| ١٢ | ٧ | ٧ | ٥ | ٠ | ٣ | ١٢ | ٠ | ٠ |
| ١٦ | ٠ | ٧ | ٢ | ٢ | ٣ | ٤ | ٦ | ٧ |
| ٢٠ | ٧ | ٧ | ٤ | ١ | ٠ | ٠ | ٠ | ٠ |
| ٢٤ | ٧ | ٧ | ٤ | ٠ | ٠ | ٠ | ٠ | ٠ |
| ٢٨ | ٧ | ٧ | ١ | ٠ | ٠ | ٠ | ٠ | ٠ |
| ٣٢ | ٠ | ٧ | ٠ | ٠ | ٠ | ٠ | ٢ | ٧ |
| ٣٦ | ٧ | ٧ | ٥ | ٠ | ١ | ٠ | ٠ | ٠ |
| | ٧ | ٧ | ٥ | ٠ | ٣ | ٢ | ٠ | ٠ |
| المجموع | | | | | | | | |

| الدرجة | لا أجعل مشاكلا | تجنبني | أعزل مشاكلا ولا | تجنبني ولا أعزل بها | أعمل بها | | | |
|---------|----------------|--------|-----------------|---------------------|----------|-------|-------|------|
| | | | | | تفكرا | أحييا | غلايا | داذا |
| ٣ | ٠ | ٠ | ٠ | ١ | ٢ | ٣ | ٥ | ٧ |
| ٧ | ٠ | ٠ | ٠ | ١ | ٢ | ٣ | ٥ | ٧ |
| ١١ | ٠ | ٠ | ٠ | ١ | ٢ | ٣ | ٥ | ٧ |
| ١٥ | ٠ | ٠ | ١ | ٢ | ٢ | ٣ | ٥ | ٧ |
| ١٩ | ٠ | ٠ | ١ | ٢ | ٢ | ٣ | ٥ | ٧ |
| ٢٣ | ٠ | ٠ | ٠ | ١ | ٢ | ٣ | ٥ | ٧ |
| ٢٧ | ٠ | ٠ | ٠ | ١ | ٠ | ١ | ٣ | ٧ |
| ٣١ | ٠ | ٠ | ١ | ١ | ١ | ٢ | ٥ | ٧ |
| ٣٥ | ٠ | ٠ | ١ | ١ | ١ | ٢ | ٥ | ٧ |
| ٣٩ | ٠ | ٠ | ١ | ٢ | ٢ | ٣ | ٥ | ٧ |
| المجموع | | | | | | | | |



النتائج...

أولاً: المحاور الأربعة:

ضعي مجموع كل محور من المحاور الأربعة هنا:

| مع الله | حسن العشرة | حق الإستمتاع | العقد |
|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |

وهذا هو مستوى الإشباع العاطفي لكل محور من المحاور الأربعة في بيتك .

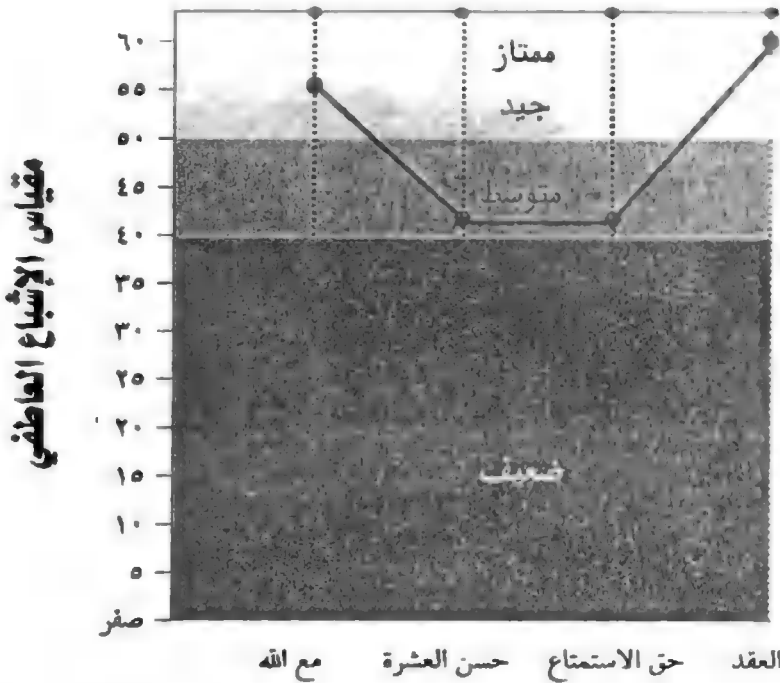
أكثر من ٥٥ ← ممتاز.

من ٥٥ : ٥٠ ← جيد.

من ٥٠ : ٤٠ ← متوسط.

أقل من ٤٠ ← ضعيف وأخشى أن يطير الحب.

والآن سجلي الدرجات على منحى الحب ليتبين لك.. أين
الخلل؟

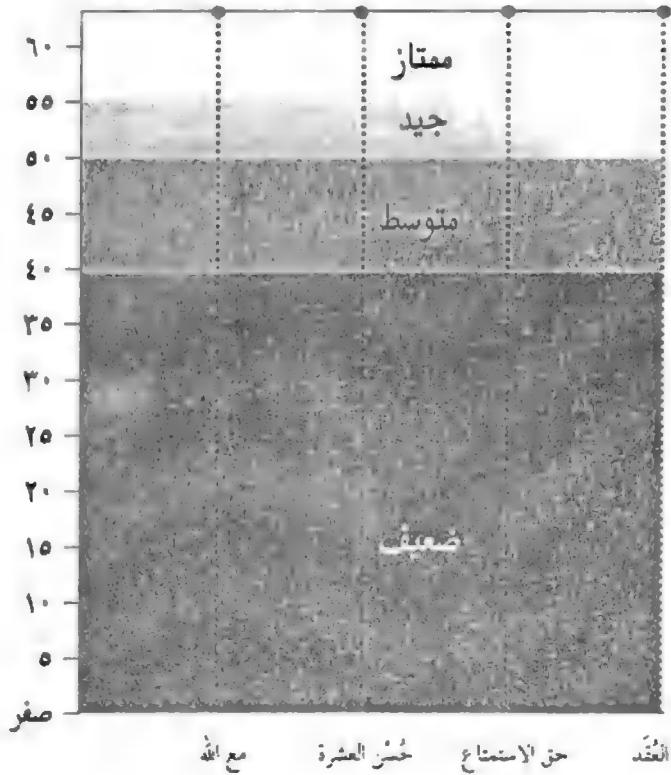


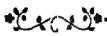
وكلما استقام المنحنى واقترب من خط القمة كلما كانت السعادة
الزوجية في حياتك في أوجها، أما إذا انحرف المنحنى فانظري إلى مكان
الهبوط، وعندما ستعرفين المحور المؤثر في عدم بلوغكما قمة السعادة،
فابدئي في العلاج.



منجنى الحب

مقياس الإشباع العاطفي





ثانياً: مستوى الإشباع العاطفي

اجمعي درجات المحاور الأربعة، وقارني النتيجة بالجدول التالي لتعرفي

على نفسك كزوجة وعلى مستوى الإشباع العاطفي في بيتك...

المجموع الكلي =

| | |
|--|----------------|
| أنت في البيت السعيد خير راعية .. وأرق حبيبة، وأعقل مستشار . | أكثر من ٢٢٥ |
| لا تتركي الهفوات تعكر عين الحب الصافية . | من ٢٠٠ إلى ٢٢٥ |
| احذري أن تذبل أزهار الحب، وتعلمي كيف ترعينها؟ راجعي المحاور الأربعة للإشباع العاطفي لتعرفي أين الخلل؟ وتعالجيه . | من ١٧٠ إلى ٢٠٠ |
| راجعي نفسك. راجعي نفسك. راجعي نفسك . قبل الانفجار | أقل من ١٧٠ |



الوصايا العشر

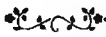
حتى لا يطير الحب



من أهم أركان السعادة الزوجية **الحب والتفاهم والاحترام**، فهي أشعة البيت المتينة التي تحفظ سفينة الزواج من الغرق عندما يثور بحر المشكلات والخلافات، ولكن ما من بيت يخلو من مشكلات مهما صغرت، أو كبرت خاصة مع تبعات الحياة الزوجية ومسئولياتها - وغالباً ما يترك ذلك نوعاً من الفتور والبرود الذي قد يهدد استقرار الأسرة، لذا على الزوجين مسئولية مشتركة للحفاظ على دفاء العواطف والحب بينهما لضمان استمرار واستقرار الحياة الزوجية.

والزوجة عليها العبء الأكبر في تجديد الحب، ولذلك نقدم لك عشر نصائح غالية تحافظين بها على الحب، حتى لا يطير من عشك:

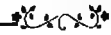
- ١- لا تكثري من الطلبات، واعلمي أنك شريكته في تدبير الميزانية .
- ٢- لا لتدخل الأهل والأصدقاء .
- ٣- الاحتفال بالمناسبات السعيدة .
- ٤- الكلمة الطيبة والهدوء .
- ٥- لا بد من المصارحة والمكاشفة أولاً بأول .
- ٦- الرحلات والسفر، والإعداد الجيد المشترك له .



- ٧- أن تقومي بالتغيير في طريقة ملبسك وزيتك، ومواعيد الأكل ونوعه، وإبداعك في ترتيب الأثاث أو الديكور .
- ٨- تتجدد الحياة الزوجية مع عودة الزوج المسافر في عمل أو غيره، فأعدى له استقبلاً مختلفاً كل مرة.
- ٩- الزوجة عليها العبء الأكبر في أن تمتص غضب زوجها ولا تُحمّله أكثر من طاقته، خاصة مع ظروفه الصعبة، وتحاول أن تهدئ من المشكلات إذا حدثت .
- ١٠- العواطف تفر، وعلى المرأة الذكية أن تبحث عن أساليب متنوعة في الحركة وفي النظر، وفي الملبس.
- وهذا يحتاج إلى جهد .. والله المستعان .

وعشر أخرى ليبقى الحب

- | | |
|---------------------|-------------------|
| ١- التفاهم. | ٢- التضحية . |
| ٣- التودد. | ٤- بر أهل الزوج . |
| ٥- حفظ أسرار البيت. | ٦- المدح والثناء. |
| ٧- التسامح. | ٨- التهادي. |
| ٩- التوافق الحسي. | ١٠- الخروج معاً . |



جربي ما ينفعك:

هذه الوصايا كلها لها أعظم الأثر في العلاقة بين الزوجين، والمحافظة على جمالها واستقرارها، وفي سبيل ذلك نلغي كلمات كثيرة مما نسمعها مثل: أرق، قلق، ضيق، كآبة، إحباط .. إلخ من مفردات سلبيات الأسر التي تخلو من الحب والود والرفق في المعاملة .

فليكن تعاونك مع زوجك لتوفير هذا الجو الإيجابي الخالي من المعوقات النفسية، سواء كانت مادية، أو اجتماعية، أو نفسية، فالحياة الزوجية الإيجابية هي التي تخلو من الأمراض النفسية، وحالات الانفعال الشديدة .

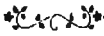
الحقيقة أن أمور السعادة والمحبة والمودة كثيرة، ولا تقف عند عدد معين من النصائح، ولكن هي تجارب قد تناسب أسرة، ولا تناسب غيرها، ولذا نقول:

جربي ما ينفعك أنت وزوجك .

وتذكري أن طريق السعادة الأسرية واضح وبين،

ولكننا نحتاج إلى الحب والود حتى يستمر إلى آخر لحظة.





نبضات أنس



عزيزتي الزوجة... هذه عشرون باقة حب تقدمينها لزوجك، فما

الباقة التي تهتمين بها أكثر؟ وما درجة اهتمامك؟

| ٢ | بيــــــــــــــــان | دائماً ٣ | غالباً ٢ | أحياناً ١ | لا صفر |
|----|---|-------------|-------------|--------------|-----------|
| ١ | أستقبله على باب الشقة بالترحيب والأشواق . | | | | |
| ٢ | أصطحبه إلى أن يجلس، ويغير ملابسه . | | | | |
| ٣ | أطمئن على أحواله خلال اليوم . | | | | |
| ٤ | أستمع لى مشكلاته، وأشاركه في حلها، ولو بكلمة طيبة | | | | |
| ٥ | أحاول تهدئته، وأضبط انفعالاتي، وإن كان مخطئاً . | | | | |
| ٦ | لا أستفزه ولا أرد عليه إذا غضب . | | | | |
| ٧ | أهيبء له الفراش وأعطره . | | | | |
| ٨ | أملأ البيت برائحة طيبة خاصة يوم إجازته . | | | | |
| ٩ | لا أثقل عليه بكثرة الطلبات . | | | | |
| ١٠ | أحفظه أثناء سفره في ماله وعباله وبيته | | | | |
| ١١ | أخفف من حركة الأبناء أثناء وجوده وراحته . | | | | |
| ١٢ | أثقفن في كسب قلب والديه، وأمدحه أمامهما . | | | | |
| ١٣ | أكثر من الكلمات الجميلة: (يا حبيبي، ...) | | | | |



| ٢ | بياسهيدا | دائما ٢ | غالبا ٢ | احيانا ١ | لا صفر |
|----|--|------------|------------|-------------|-----------|
| ١٤ | أرتدي له أجمل الثياب، والتي يجب أن يرايها . | | | | |
| ١٥ | أكثر من الثناء على الأشياء التي يشتريها. | | | | |
| ١٦ | أضع لمسة جميلة في البيت بين فترة وأخرى . | | | | |
| ١٧ | أخذ رأيه في أموري (في الوقت الذي يناسبه) . | | | | |
| ١٨ | أقبل رأسه بين فترة وأخرى، ولأنهم إلا وهوراضي عني | | | | |
| ١٩ | أعد له الأكلات التي يحبها، وأحرص على تعلم الوجبات الجديدة. | | | | |
| ٢٠ | أساعده في أموره، وأخفف عنه آلامه وهمومه . | | | | |

ما نأيك....



هذا الاستبيان من وجهة نظرك: (يمكن أن تُشيرني إلى أكثر من اختيار).

☐

١- ممكن، ولكن في أيام الزواج الأولى.

☐

٢- عندما يكون ذوق معايا، ولم يفضيني.

☐

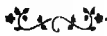
٣- شغل مرهقين.

☐

٤- أظن الرجالة ليسوا بهذه العقلية السطحية.

☐

٥- أنا أحبه .. أحبه .. فلم لا؟



مفتاح الاستبيان: أعطي درجة لكل إجابة، واجمعي كل عمود على حدة.

النتائج:

| أحياناً | غالباً | دائماً |
|---|--|---|
| من ١٠ إلى ٢٠ | من ٢٠ إلى ٤٠ | من ٤٠ إلى ٦٠ |
| أظنك اخترت رقم (٤) واحتمال رقم (١).. كرأيك | أظنك اخترت رقم (١) أو (٢) .. كرايك | أظنك اخترت رقم (٥) كرأيك... |
| أقول لك لا تتركي الزهريذبل، انقلي هذه الباقات الذابلة من هذا العمود إلى السابق، فتمو وتعود لها الحياة لتعطي بالحب الذي ترغبين، واعلمي أن الكبر صفة غير محمودة ولا كرامة ولا حساسية بين الزوجين. | ارتفعي بمستوى الحب في بيتك وحاولي دراسة المعوقات. وابدئي في الارتقاء بالمستوى، وابحثي عن الباقات الضائعة في العمود التالي. | هنيئاً لك ذلك الحب. وأظن زوجك يستحقه، وابحثي عن الباقيات التي لم تقدمينها لزوجك في العمودين التاليين، واجيبي عن هذا السؤال: لم لا نروي الزهور؟ |

لا: أقل من ١٠.

أظنك اخترت رقم (٣) .. (الله يكون في عونك !!!) .. أرجوكي أعيدي
قراءة هذا الكتاب واسألي الله التوفيق.

تذكري قول المصطفى ﷺ: «فَالَمَّا هُوَ جَنَّكَ وَنَارُكَ»^(١).

(١) رواه الإمام أحمد في مسنده (كتاب) مسند الكوفيين (٣٨ / ٤٩١)، رقم (١٨٢٣٣)، وحسنه الإمام السيوطي.



الدعامة الرابعة



عزيزتي كل زوجة...

إن من أسباب تصدع الحياة الزوجية وجود مجموعة من التصورات المسبقة حول الزواج لا تكون في الغالب واقعية، إنما فيها الكثير من الرومانسية تتكون قبل الزواج في الخيال الكثير من الأحلام عن صفات شريك الحياة.. والكثير من الأمنيات عن الجنة الزوجية، والكثير من اللهفات إلى عن العلاقات الملائكية؛ ولكن عندما تصطدم الزوجة بالواقع تجد أحياناً العكس.

وعندما تبدأ عجلة الحياة في الدوران، يبدو الجانب الآخر من الحقيقة، فتحدث الصدمات المتتالية.. وتعود قصة «**اختلاف المنابع**» ترويها الأيام والليالي، وتستمر المعاناة حتى تستطيع أمواج الواقعية أن تجرف أمامها ورود الرومانسية الرقيقة، لتصبح ظلالاً جميلة على صفحة الحياة. ونعود فنراجع ما تحدثنا عنه منذ البداية حول مراحل الزواج، وأنه كلما تعمقت جذور الزواج في الزمن كلما زاد تماسك أركانه، وحتى يتحقق ذلك نقول لكل زوجة **بعض الرضا الذي لا ينمو إلا في بيئة من الواقعية..** زوجك إنسان يخطئ ويصيب مثلك تماماً فلا تنتظري منه أن يكون ملاكاً، وانظري إلى المرأة واسألني نفسك هل أنت لا تخطئين؟ هل تؤدين كل ما عليك؟ وأذكرك بالواقعية وتذكري له لحظات العطاء، وقرئي معنا هذه القصة:



العنب المر



كان لرجل حديقة مزروعة عنباً، وكان يمر به صديق حميم في طريقه صباحاً ومساءً، فقالت له زوجته يوماً: ألا تدعو صديقك إلى عنقود عنب، فسارع الرجل في تنفيذ نصيحة زوجته، ودعاه إلى عنقود، وجلس الضيف ومرت عشرة أيام على ذلك، كل يوم يدعو به إلى عنقود، وفي اليوم التالي قالت الزوجة: إن من تمام إكرام الضيف أن تأكل معه حتى تشجعه على الاستزادة، فنقذ الرجل وصية امرأته، وغسل عدة عناقيد وقدمها لصاحبه، وجلس معه يشاركه الطعام، وصديقه يأكل مبتسماً شاكراً له.



وإذا بصاحب الحديقة يضع واحدة من العنب في فمه، فيصبح من مرارتها، ويلفظها قائلاً لصديقه: منذ متى تأكل من هذا العنب؟

ابتسم له صديقه وقال: منذ أول يوم، فهاج صاحب العنب، وقال له: كيف؟ كيف تأكل منه وهو يمثل هذه الماراة؟ فقال له الصديق الوفي:

لقد أكلت من يدك حلواً كثيراً .. ألا أغفر لك بعض المر!!

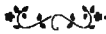
تذكري.... أن الرضا ينمو بتذكر حسنات الحبيب عندما تراودك نفسك أن تتذكري سيئاته.

الفصل الثالث

الدقائق الجميلة



- وفي بضع أحدكم صدقة.
- قطرات الندى.
- من المسؤول في غرفة النوم.
- لا تبخلي.
- أجلي وسوف يستجيب.
- اعرفي ماذا يريد



إن ميل الزوجين إلى المعاشرة الزوجية حاجة بشرية نفسية،
وعبادة ريانية ينبغي أن تؤدي بإحسان يرضي النفس
والطرف الآخر، وإن لم تكن كذلك، فإن الرغبات
النفسية لا تشبع ولا تموت، بل تظل داخل النفس حية
متوقدة تنتظر الفرج..

فعلى الرغم من أن المعاشرة بين الزوجين تشكل
نسبة قليلة من وقت الزوجين، إلا أنها قضية أساسية
جوهرية في حياتهما لا ينبغي التقليل من قيمتها أو أن
نعدها أمراً ثانوياً...




فإن كثيراً من الدراسات أثبتت أن نسبة كبيرة من حالات الطلاق
كانت بسبب الفشل في إنجاح المعاشرة الزوجية.





وفي بضع أحدكم صدقة

 الزوجة الفاضلة.... قد تتعجبين من هذا العنوان.... والذي اشتهر

أنه موجه للرجل... فكيف نجعله عنوان في جزء خاص بالزوجة؟!

 أقول لك....

إن المباشرة الزوجية ليست فقط من أجل التناسل، وطلب الذرية، بل هي مشروعة للاستمتاع الطيب، وهذا أمر مشروع، بل سنة من سنن رسولنا ﷺ، وكذلك هو أمر مندوب إليه يؤجر فاعله في الحلال، فعن أبي ذر رضي الله عنه قال: إن ناساً من أصحاب النبي ﷺ قالوا للنبي ﷺ:

يا رسول الله ذهب أهل الدثور بالأجور، يصلون كما نصلي، ويصومون كما نصوم، ويتصدقون بفضول أموالهم.

قال: أوليس قد جعل الله ما تصدقون؟

إن بكل تسبيحة صدقة، وبكل تكبيرة صدقة، وبكل تهليل صدقة، ونهى عن المنكر صدقة، وفي بضع أحدكم صدقة.

قالوا: يا رسول الله يأتي أحدنا شهوته، ويكون له فيها أجر؟

قال: أرايتم لو وضعها في حرام، أكان عليه وزر؟

قالوا: بلى

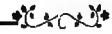
قال: وكذلك: إذا وضعها في الحلال كان له فيها أجر.

يقول ابن القيم...

«ففي الاستمتاع الحلال كمال اللذة، وكمال الإحسان إلى الحبيب، وحصول الأجر، وثواب الصدقة، وفرح النفس، وذهاب أفكارها الرديئة عنها، وخفة الروح، وذهاب كثافتها وغلظها وخفة الجسم، واعتدال المزاج، وجلب الصحة، فإن صادف ذلك وجهاً طيباً وخلقاً دمثاً وعشقاً وافرأ، ورغبة تامة واحتساباً للثواب، فذلك هو كمال الإشباع، ولا سيما إذا وافقت كمالها، فإنها لا تكمل حتى يأخذ كل جزء من البدن بقسطه من اللذة، فتلذذ العين بالنظر إلى المحبوب، والأذن بسماع كلامه، والأنف بشم رائحته، والفم بتقبيله، واليد بلمسه، وتعكف كل جارحة على ما تطلبه من لذتها، وتقابله من المحبوب، فإن فُقد من ذلك شيء، لم تنزل النفس مطلعة إليه، فلا تسكن كل السكون! ولذلك تسمى المرأة سكوناً لسكون النفس إليها، وقال الله تعالى: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [الروم: ٢١].

وتمام النعمة في ذلك فرحة المحب برضاء ربه تعالى بذلك، واحتساب هذه اللذة عنده، ورجاء تثقيل ميزانه.

هل هذا الكلام الجميل يوجه إلى الرجل فقط... أم أنه يمكنه أن يكون موجه إلى المرأة أيضاً؟
يمكنك أن تراجع هذا المقال من أوله على أنه موجه إليك لتدركي أن قول رسول الله ﷺ: «وفي بضع أحدكم صدقة» موجه إليك أنت أيضاً.



قطرات الندى

إن أجمل ما في أوراق الأشجار في الصباح هي قطرات الندى التي تتلألأ تحت أشعة الشمس، وإن الشعور بالحياة ينبع من تلك القطرات المتحركة؛ ولذلك فإنه مما يجعل التواصل بين الزوجين حباً يفيض بالسعادة أن يبتا فيها تلك الحياة المتلألئة بقطرات الندى الصغيرة، ومن وسائلكِ لشرب هذه القطرات على صفحات حياتكم الحية:-

١- **إطالة فترة المداعبة والملاعبة:** التي تسبق الملامسة، ولكن ينبغي ألا

يكون الرجل وحده هو المسئول عن هذه المداعبة المرأة، بل يجب على امرأته كذلك أن تداعبه وتلاطفه.

٢- **المقاربة الحميمة:** وذلك بالتقارب الروحي والوجداني، واللمسات

الحانية التي تدل على السعادة بالتقارب بينهما.

٣- **الهمس في الأذن ومداعبتها:** فمما يستهوى الرجل وينعشه ويجذبه،

ويهز مشاعره، ويزلزل أحاسيسه أن يسمع صوت زوجته عذباً حلواً

رخيماً منغمماً، خفيضاً يهمس في أذنه بكلمات الحب والغرام والهيام،

ورغم أن الأذن للاستماع إلا أن الجلد المغذي لها شديد الحساسية

باللمس، لذلك فإن ملامسة الأذن بالفم مثلاً، ثم الهمس فيها بكلمات

الحب يجمع بين الوظيفتين في هدف واحد، وهو زيادة الإثارة والتمهيد

للقاء.

٤. **القبلة:** وهي رسالة تعبر عن العواطف الجياشة بين الزوجين، ودليل على الألفة والمحبة بينهما وتحتاج إلى بعض الإبداع والشعور بالتبادل.

٥- **اللمس باليد:** فاليد الملمساء الناعمة من مفاتيح المرأة التي تثير الرجل، وتوقظ مشاعره الكامنة، وحين تلمس يد المرأة يد زوجها وتداعبها، وتتخلل أناملها، يحدث بين اليدين ألوان وأنماط من التفاهم والتحدث والتناغم، لا يفهمها غير الزوجين، وتختلف هذه المشاعر عند كل زوجين عن المشاعر بين زوجين آخرين.

٦- **النية الطيبة:** فيستحب أن يستحضر الزوجان عند المباشرة نية الإحسان، والاستغناء بالحلال الطيب عن الوقوع في الحرام الخبيث، وغيرها من النيات الحسنة، فصحيح أن حديث «وفي بضع أحدكم صدقة»^(١) يشير إلى أن الزوجين مأجوران على كلِّ حال، ولو لم ينويا شيئاً؛ لأنهما يفعلان الحلال الطيب، إلا أن استحضر النيات الطيبة، واستشعارها يزيد من الثواب في الآخرة، كما أنه يزيد متعة الاستمتاع بالحلال الطيب.

٧- **الدعاء والتسمية:** وهو أمر معنوي خالص؛ لكنه نِعْمَ الاستفتاح لمتعة طيبة حلال، ونِعْمَ الاستفتاح بنية صالحة يتبعها تسمية الله، ثم دعاء ضارع لله تعالى.

(١) رواه مسلم: (كتاب الزكاة، باب: أن اسم الصدقة يقع على كل نوع من المعروف، رقم (١٦٧٤).

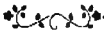


فعن ابن عباس رضي الله عنه قال: قال النبي ﷺ: «أَمَّا إِنْ أَحَدَكُمْ إِذَا أَتَى أَهْلَهُ وَقَالَ: بِسْمِ اللَّهِ، اللَّهُمَّ جَنِّبْنَا الشَّيْطَانَ وَجَنِّبِ الشَّيْطَانَ مَا رَزَقْتَنَا فَرُزَقًا وَلَدًا، لَمْ يَضُرَّهُ الشَّيْطَانُ»^(١).

٨. شكر النعمة: ويستحب أن يستحضر الزوجان شكر النعمة التي أنعم الله عليهما بتيسير هذا الحلال الطيب لهما.



(١) رواه الإمام البخاري: (كتاب الدعوات، باب ما يقول إذا أتى أهله، رقم (٥٩٠٩) في



من المسئول في غرفة النوم

اتفقنا على أن.... المعاشرة الزوجية يشترك في أدائها الزوجان، ويتعاونان على تحقيق التوازن النفسي من خلالها، لكن للمعاشرة الزوجية آداباً ينبغي مراعاتها، كما أن لها معايير ينبغي عدم تجاوزها، وهناك أسئلة كثيرة تطرح نفسها في هذا الموضوع فيها:

من المسئول عن المعاشرة الزوجية؟

ومن المسئول عن إيجاد اللحظة السعيدة؟

ومن الذي يبدأ بالتحرك والمبادرة إليها؟

سؤال نطرحه.. لنؤكد به أن المعاشرة الزوجية لا يختص بها طرف واحد بمفرده..! إنها مسئولية الطرفين؛ لأن هناك طرفاً مانحاً، وآخر آخذاً، وغالباً ما يكون المانح هو المخطط للمعاشرة الزوجية، فيبدأ بالتعبير عن رغبته ببعض الكلمات المعبرة، أو ببعض التصرفات والحركات التي يفهم منها الدلف الآخر رغبة الأول.

وانجح العلاقات الزوجية عندما يكون الزوجان متناوبين الأدوار في هذا الموضوع، فمرة يكون الزوج هو المانح، ومرة يكون هو الآخذ، وكذلك الزوجة، مرة تكون هي المانحة، ومرة تكون هي الآخذة، فتبادل الأدوار بين الزوجين حسب رغبتهم، وتعاونهما جميعاً على الأخذ والعطاء، يؤثر



تأثيراً إيجابياً في العلاقة الزوجية، وتصبح عندها النفوس مستقرة تملؤها
الحبة والمودة.

ولكن متى تظهر المشكلات بين الزوجين في غرفة النوم؟!

يكون ذلك عندما يشعر الزوج بأنه دائماً هو الطالب، هنا تنور
المشكلة، ويبدأ معدل إيجابية المعاشرة في الانخفاض تدريجياً حتى تصبح
شيئاً لا قيمة له في الحياة.

نقول للزوجة:

إن المبادرة منك والتلميح بالرغبة في المعاشرة لا تعني الضعف والهوان،
كما أن الإعداد لليلة سعيدة ليست من اختصاص الزوج وحده، ومن أسرار
السعادة في غرفة النوم، ومن مظاهر مبادرة المرأة أن تذكر نفسها بالآتي:

- ١- أفرغ نفسي تماماً من أي عمل.
- ٢- أحرص على أن ينام الأولاد مبكرين.
- ٣- أغلق الهاتف.
- ٤- أنظف أسناني وجسمي.
- ٥- أنشر العطر الذي يحبه زوجي في أجواء غرفة النوم.
- ٦- أستقبل زوجي بابتسامة ذات مغزى، ولباس غرفة النوم،
وأهرب من أمامه هرباً يحبه وهواه، وأحرص على أن أظهر مفاتي له...
وتفاصيل أخرى لا تغيب عن أنوثة المرأة.



لا تبخلي

والآن جاء وقت المصارحة وبيانه ما لا بد إلا بياته...

أحيانا يدخل الزوج إلى المنزل قادمًا من عمله، ويرى الزوجة وهي في المطبخ تعد وجبة، أو تستعد لتحضير الطعام مرتدية ملابس معينة، وليس شرطًا أن تكون الملابس الخاصة بغرفة النوم، وربما تكون الزوجة قد ربطت شعرها بطريقة معينة ليست شرطًا أن تكون رابطة مثيرة ولكن عندما يراها زوجها يشتعل فتيل الشوق في قلبه، فيقترب منها، وتذكر الزوجة ما يريد، فتتمنع لأنها تريد أداء عملها ومتابعته!

فلتحرص الزوجة هنا على أن تتكيف مع الوضع لا سيما إذا لم يكن أحد في المنزل، وتُشعره باستجابتها له، وهي صادقة في ذلك، فإن كون الرجل عائدًا من عمله المرهق لا يعني أنه ليس راغبًا في المعاشرة الزوجية، وكون الزوجة مشغولة لا يعني أن تمتنع إلا أن تتحلى باللباقة المطلوبة لهذا الموقف فيمكن أن تؤجله قليلًا أو تتجاوب معه في المداعبات.. بل يمكن أن تستجيب له تحقيقًا لقول الله تعالى: ﴿فَأَتُوا حَرْثَكُمْ أَنِّي شِئْتُكُمْ﴾ [البقرة: ٢٢٣].

وهنا لن تكون رائحة البصل عائق ولا ملمس الزيت منفر.. فإنه الحب الذي تزدهر بسببه الصحراء القاحلة وينمو الزهر من بطن الصخر.





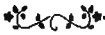
أجلّي .. وسوف يستجيب

غاب الزوج عن بيته في سفر طيلة ثلاثة أيام، وطوال طريق عودته إلى أهله كان يفكر في زوجته واشتياقه لها، ويهيئ نفسه للقائها، والذي يبتسم حيث يمني نفسه أن يكون اللقاء حلمًا من أجمل الأحلام.

وبالمقابل.. الزوجة تهيئ نفسها أيضًا لاستقبال زوجها؛ ولكن باتجاه آخر تمامًا، فقد وضعت في دفترها أربعة موضوعات مهمة كانت أجلتها إلى حين عودة الزوج حتى تتخذ القرار فيها، وقد قررت أن تفتح الموضوعات في غرفة النوم بعد استقبال الزوج.

الكارثة:

بعد الاستقبال الحار، والتهنئات الجميلة، وتوزيع الهدايا والعطايا، دخل الزوجان إلى غرفة النوم، والزوج يتقرب من زوجته ويداعبها وهي تتمنع بعد أن قررت أن تفتح الموضوعات، وبدأت بطرح الموضوع الأول، لتناقشه فتوقف الزوج عن المداعبة بعدما أبت الزوجة طلبه تأجيل الموضوع، ثم بدأت العلاقة تتوتر وتحتد بعد ذكر الموضوع الثاني حتى وقعت الكارثة، فقد نام الزوج تلك الليلة في الصالة، أما الزوجة فقد استسلمت لبكاء عميق حتى ذهبت في النوم هي الأخرى وقد مלאها الحزن أن زوجها لم يكن بالقدر من المسؤولية الذي كانت تتمناه حيث لم يستمع منها إلى موضوعاتها الأربعة المهمة جدًا.. أكثر مما كان يريد!!.



اعرفي ماذا يريد!

ينبغي للزوجة أن تعرف أسرار زوجها في المعاشرة الزوجية، وماذا يحب أن يسمع من كلمات، وماذا يحب أن يرى من ملابس، وماذا يحب أن يشم من رائحة، وماذا يحب أن يرى من حركات، حتى تصل الزوجة مع زوجها إلى مرحلة تُشبع فيها بصره وسمعه ونفسه، فتمتلكه بعدها بحبها وحنانها وعواطفها.

وعليها أيضاً بذكاء وفطنة أن توصل له ما تحب، وما تستمتع به، فتسعد معه كما يسعد هو معها وتمر الدقائق الجميلة كأنها نسمات صبح، أو قذرات ندى.

وإن خفى عن الزوجة اللبقة ما يريد زوجها فعلها أن تتعرف عليه بأسلوب ذكي... وتعرف زوجها ما تحب بأسلوب خفي.. فإن كان الأمر عاجلاً، مصارحة، فلم لا تنصراح؟.

إن معرفة كل طرف للآخر برغبته، وما يريد منه تجعل لغرفة النوم حياة، وتعطي لها جمالاً وتُشعر كل طرف بسعادته مع الآخر؛ لأن كل واحد منهما يلي حاجة الآخر، وبذلك يكون سعيداً بنفسه، وسعيداً لتحقيق رغبة الطرف الآخر.



أما إذا استمرت الحياة دون معرفة ذلك في هذا الجانب الهام من جوانب الحياة الزوجية، فقد نفاجأ بمشكلات لدى الزوجة دون أسباب واضحة، ولا يدري أحد أن السبب الحقيقي قد يكون مختبئاً وراء العلاقة الخسية مع زوجها؛ لأنها لم تعرف ما يحبه ويسعده، ولم يعرف الزوج ما تحبه وما يسعدها.



الجزء الثاني

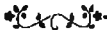
كيف تحافظ على بيتك سعيداً؟ دور الزوج

قال ﷺ: «استوصوا بالنساء خيراً»

[رواه البخاري: (كتاب) أحاديث الأنبياء،

(باب): خلق آدم صلوات الله عليه وذريته، رقم: (٣٠٨٤)،

ومسلم: (كتاب): الرضاع، باب: الوصية بالنساء رقم (٢٦٧١).



مقدمة

بدأنا هذا الكتاب بالجزء الأول الذي وجهناه للزوجة، والذي دار حول الإجابة عن سؤال: **كيف تبين بيتاً سعيداً؟**

ولم ندعي أننا قدمنا كل الوسائل التي تعين الزوجة على بناء بيتها سعيداً، ولكن لأن هناك من الوسائل ما يتناسب مع شخصية زوجة، ولا يتناسب مع الأخرى، فكان ما قدمناه من وسائل هو ما ظننا أن أكثر الشخصيات تحتاجه، وإذا تم غرسه في البيت، فإن نماءه مرجو، وعطاؤه إنشاء الله متوقع.



وهو الحب ...

الحب القائم على فهم النفسيات، وإدراك العلاقة، وتقدير احتياجات الطرف الآخر.

الحب القائم على الفهم والحوار، والإشباع العاطفي والرضا والواقعية.

وهذا هو الجزء الثاني نوجهه للزوج نجيب معه فيه على سؤال آخر قريب كل القرب، بل متعاقب ومتداخل مع سؤالنا للزوج، **كيف تحافظ على بيتك سعيداً ؟**



ونشير في بداية الأمر إلى قوله ﷺ: « كلكم راع ومسئول عن رعيته »^(١). فلم نتحدث هنا أيضاً عن حقوق وواجبات، ولكن كان حديثنا عن الحقّ الشامل الذي يجمع كل ما تنأثر من الحقوق، وهو حق الرعاية الذي وضحه ﷺ في حديثه، والقائم على المودة والرحمة.

ويبقى الحب...

يبقى طائراً يرفرف بجناحيه في سماء بيتك أيها الزوج الكريم، فإن وجد ماءً وحبّاً هبط، وملأ البيت تغريداً، وإن وجد جفافاً ولفحاً طار، وابتعد ناجياً بنفسه.

ندعوك أيها الزوج الفاضل...

حتى تحافظ على بيتك سعيداً؟.

أن تعد للحب في بيتك أعشاشاً.

د. أكرم رضا



الجسور المشتركة.... ❁❁❁

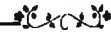
أثبت علم النفس أن اختلاف الطبائع ناتج عن البيئة والتربية، ولذلك فإن تنوع الشخصيات وتغايرها أمر طبيعي، نظراً لتنوع البيئات وظروف التربية، وعلى هذا فنحن ندعو كل زوج أن يراجع نفسه أولاً ويتعرف عليها، ليدرك أبعاد شخصيته فقد يكون السبب الرئيسي في تصرفات زوجتك معك هو رد فعل لمظاهر معينة في شخصيتك، تحتاج منك فقط الاهتمام للتعرف عليها، والبدء في علاجها.

أو أن ندرك أبعاد شخصيتك فتتوقع ردود فعلك على تصرفات زوجتك .

وأن ندرك أخيراً أن اختلاف النفسيات أمر وارد بين الزوجين رغم أنهما من نفس واحدة .

ومن أجل أن يسكن كل منكما إلى الآخر...

لا بد من إيجاد نوع من النفسيات المشتركة بينكما ولن يكون ذلك إلا بالتعارف فإذا عرفت نفسك أولاً، ثم عَرَفْتَ زوجتك، عندها تستطيع أن تبني الجسور بين النفسيات .



ما بين النهرين ...

أقول لك إن عمرا من التربية في بيت أبيها، وسنين من أيام العلاقات والعادات والتقاليد في حياة زوجتك لن تستطيع أنت بمجرد توقيعك على العقد أن تغيرها .

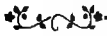
والسؤال: لماذا تغيرها ؟

بل لماذا تتغير أنت ؟

لا أسأل هذا السؤال كنوع من التحدي، ولا أريد منه أن أحدد من فيكم الذي يتغير، ولكن أريد أن أبين لك فكرة كنت قد عرضتها في الجزء الأول من هذا الكتاب **دور الزوجة** وهي اختلاف المنابع، فنهر النيل هذا الذي يجري في بلادنا مصر بالخير والنماء، ويشق قلب الصحراء الجامد؛ ليعث فيه الري والحياة، بدأ من منابعه بنهرين عظيمين هما النيل الأزرق، والنيل الأبيض، وكل منهما بدأ بمجموعة من الروافد والنهيرات الصغيرة التي تتجمع، لتكون هذين النيلين .

وكل منهما جاءت منابعه من مكان يختلف عن الآخر، ثم جرى بقوة فترة طويلة من الزمن يشق الأرض شقاً يدور حول الجبال، وتنمو حوله الأشجار والغابات، وتعيش على ضفافه أنواع مختلفة من الحيوانات بل والإنسان .

ثم يلتقي النهران، وعند التقائهما يصطدم كلٌ منهما بالآخر، ويحدث لصدامهما هديراً شديداً ويقذف كلٌ منهما بعضاً مما حمل من منابعه على



الجانبين، لتكون دلتا خصبة من تلك الصدمات المتتالية، حتى يسير النهر في مجرى واحد، يجري بالخير والقوة في صحراء السودان، ويشق جبال جنوب مصر تدفعه تلك الصدمات المتكررة عند بداية الالتقاء، لينتشر الخير والنماء على جانبي الوادي .

هل استطعت أن أبسط لك المثال ؟

وهل دريت أن كل منكما جاء من منابعه يحمل رواسب خبرات الماضي وتجاربه؟

وهل تأكدت أنه ليس المطلوب أن يلغي أحكما شخصيته في الآخر؟

وإنما نهر النيل يحمل الماء الوفير الذي جاء به أحد رافديه، ويحمل مع الماء ذلك الخصب والطمي الذي يحيي الأرض الموات والذي جاء به الرافد الآخر .

ترى لو ترك أحدهما ما يحمله عند مكان الالتقاء هل كنا وجدنا في بلادنا وادي أخضر، ودلتا عامرة ؟

الراعي..

إذا استوعبت يا صديقي هذا المثال فلا بد أن تدرك...

أنه ليس من مصلحتك أن تلغي كل ما حملته زوجتك معها من خبرات الماضي، ولكن كن ذكياً واعياً وضم إلى خبراتك خبرات زوجتك، ضم إلى عاداتك عادات زوجتك .



لا ينكر أحد أن كل ما تحاول أن تتخلص منه هو السيء من العادات، سواء عندك أو عندها !!
امنح نفسك فرصة للحوار والنقاش، ودعها تبين لك ما عندها حتى تستطيع أن تبني جسور التفاهم لتقوم بمهمتك كاملة، وهي الرعاية .
وتذكر قوله ﷺ: «كلكم راع، وكلكم مسئول عن رعيته، فالرجل راع في بيته، ومسئول عن رعيته» (١) .



الفصل الأول

اسكن إليها





أخي لك زوج...

هل جاء في خاطرك استشعار نعمة الله تعالى في قوله - سبحانه -:

﴿لَتَسْكُنُوا إِلَيْهَا﴾. وهل لك أن تضيع تلك النعمة بتضييع مقوماتها

الثلاثة:

- ١- من أنفسكم .
- ٢- مودة .
- ٣- ورحمة .

وهل أدركت الآن حكمة الله في ختم تلك الآية بقوله - تعالى -:

﴿إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [الروم: ٢١] ^(١).

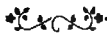
إن علاقتك بزوجتك تحتاج منك إلى لحظات تأمل، ونظرات تفكر .

إنها من نفسك...

فهي إنسان مثلك، جسد مثلك، وروح مثلك، وقلب مثلك، ومشاعر مثلك، واهتمامات مثلك، مكلفة مثلك، مسئولة مثلك .

وهي جزء منك يتقبله كيائك، كما تتقبلك لن يحدث فطرياً أي نفور من أي منكم للآخر، وإن حدث، فالسبب خارجي منك أو منها، فلا يكن السبب أنت .

(١) ﴿إِنِّي أَنَا خَلَقْتُ لَكُمْ أَنْفُسَكُمْ أَنْزِلْنَا إِلَيْهَا وَجَعَلْنَاهُ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ [الروم: ٢١] .



ثم إن أساس هذا السكن المودة، وهي المعاملة عند الرضا والحب،
 بشكر المعروف، وإظهار المزايا، وإخفاء العيوب، وتقدير المشاعر .
 أو الرحمة، وهي المعاملة عند الغضب بكظم الغيظ، وستر العيب،
 وعدم الظلم، وإعطاء الحق، والتنازل عن بعض ما هو لك .
 فإذا اجتمعت المودة والرحمة فإنك قد سكنت إليها، ومهدت الطريق
 لأن تصبح قرة عين لك كما يدعو عباد الرحمن ﴿ وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ
 لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ ﴾ [الفرقان: ٧٤] .

والآن كيف تسكن إليها ؟

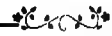
وقبل أن أجيب أريد أن أضرب لك مثلاً .

ماذا تفعل آلاف الزهرات على مائدة غير مرتبة، أو غير نظيفة ؟
 إن علماء التربية قالوا: التخلي قبل التحلي، ليشع التجلي .

نعم لابد أن ترتب المحل، وتخليه من كل ما ينقصه ويشوهه، حتى
 تستطيع بعض الأشياء الجميلة أن تحليه، وعندها سيشتع بنور الصفاء،
 وتتجلى فيه آيات الحب .

أراك تبسم، وأظنك بعد قليل ستدرك حجم ما يشوه المائدة،
 وما يملأ فراغ الغرفة من الكراكيب التي تمنعك أن تضع تلك التحفة
 الجميلة التي أحضرتها معك .





قد أسف....

قال لي صديقي:

ذهبت بالأمس ونفذت ما أردت، لقد أحضرت زهرة جميلة معي، بل
وهدية قيمة، ودخلت يفوح عطري، وترقص ابتسامتي، وبدأت بالسلام،
فماذا فعلت هي ؟

نظرت إليه مبتسماً... وكدت أضحك .

فقال في شبه عصبية: تضحك، أليس هذا ما نصحتني به قلت له: يا
أخي كان أولى لك أن تقول مع كل هذا أسف لقد أخطأت في حقك اليوم .
قال: ألا يعبر كل هذا عن أسفي .

قلت: إن كثيراً من الغبار لا بد أن يملأ أنفك عندما تنظف حجرة
أهملتها منذ شهور .
ولابد أن تتحملة .

وسرى بعد أن تنتهي من إزالة ما بها من تراب قدر الصفاء والنور،
وعندها فليفوح عطرك، ولترقق زهرتك، ولترقص ابتسامتك .

أجيبك الآن عن سؤالك: حتى تسكن إليها لابد أن:

- ١- تراجع كثيراً من سلوكياتك .
- ٢- تتعلم كثيراً من السلوكيات الجديدة .



أجرد سلوكياتك



كثيراً ما فكرت زوجتك في فارس الأحلام،
وكثيراً ما صورته نموذجاً مثالياً، وكم قالوا لها، لن
تجديه ولا في الأحلام .

زوج الأحلام

وعندما التقت بك كانت كل أمنياتها أن تقول لصويحباتها: لقد
وجدت فارس الأحلام، وجدته في زوجي .
فكيف تحقق لها تلك الأمنية، وتكون زوج الأحلام على أرض الواقع ؟ .

اقرأ هذه القائمة:



- ١- العصبية الزائدة .
- ٢- عدم قبول رأيها .
- ٣- تكبير الأمور البسيطة .
- ٤- التعميم .
- ٥- كثرة الملاحظات .
- ٦- كثرة التوجيهات كأنك مع طفلة، أو تلميذة .
- ٧- كثرة التأنيب وقرع الكلام (التريقة) .
- ٨- عدم احترام طموحاتها .
- ٩- عدم مساعدتها في تحقيق طموحاتها .
- ١٠- اللوم عند الفشل، وإبداء عدم القناعة باستمرار .
- ١١- عدم احترام مواعييدها الخاصة .



- ١٢ - فرض ربطها الدائم بك، بحيث لا تكون لها أي خصوصية .
- ١٣ - عدم تحمل أي مسئولية من مسئوليات البيت مثل:
غسيل الأواني - ترتيب البيت - مذاكرة الأولاد .
- ١٤ - استخدام لهجة الأمر باستمرار .
- ١٥ - عدم عمل أي مصروف خاص لها، ونزع خصوصيتها المالية .
- ١٦ - عدم إشراكها في ميزانية البيت، أو استشارتها فيها .
- ١٧ - التهديد المستمر بالطلاق .
- ١٨ - التهديد المستمر بالزواج من أخرى .
- ١٩ - التكشير المستمر عند العودة إلى المنزل .
- ٢٠ - الغموض والشعور بأن هناك سر كبير لا تعرفه .

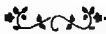
بأن الله عليك هل هذا حلم جميل أم كابوس ؟!

أراك تهم بالاعتراض وتقول: إن معظم هذه الأمور تكون ردود أفعال في الغالب، أو بعضها تحتاجه قيادة البيت وتسيير أموره .



ومنها ما هو طبع ذاتي يصعب التخلص منه .

آسف أن أقاطعك وأقول لك وليكن، المهم أن تتعرف على شخصيتك الزوجية وتقوم بمجرد كامل لسلوكياتك مع الطرف الآخر، وإليك هذا الاستبيان يساعدك على ذلك:



منع علامة أمام سلوكك المتوقع عند كل موقف من المواقف الآتية..

١- حدث أمر مهم وتريد فيه الرأي..

أعرف شخصيتك الزوجية

أ- تستشير زوجتك وتهتم برأيها .

ب- تسألها مجرد تأدية واجب وتطيقاً لحاظرها .

ج- لا تهتم برأيها، لأنها امرأة .

٢ - لديك وقت فراغ..

أ- تقضيه في مرح مع زوجتك، أو نقاش مفيد .

ب- تستغله في زيارة أحد الأصدقاء، أو الأقارب .

ج- تستغله في قراءة الجرائد ومشاهدة التلفزيون .

٣ - أخطأت زوجتك في شيء ما..

أ- التلميح عن هذا الخطأ برفق

ب- المواجهة بالخطأ، ومحاولة الإقناع به .

ج - العنف واللوم .

٤ - زوجتك تقوم ببعض أعمال المنزل، وطلبت منك مساعدة..

أ- تتعاون معها فيما تفعله .

ب- تعتذر بلطف .

ج - تجيب بأنه ليس عملك وتغضب .



٥- أتى أهل زوجتك لزيارتكما..

- أ- تكرمهم، وتحاول شراء أفضل شيء؛ لتقدمه لهم .
- ب- تقدم لهم ما في المنزل .
- ج- لا تهتم بوجودهم .

٦- زوجتك تشعر بالأم ما..

- أ- تطيب خاطرها بالكلمة الطيبة، والبسمة الحانية .
- ب- تقول لها خذي دواء كذا .
- ج- لا تهتم بالأمر .

٧- زوجتك لا تجيد عمل ما مهم، وأنت تجيده ..

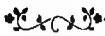
- أ- تحرص على تعليمها .
- ب- تطالبها بتعلمه .
- ج- لا تهتم بذلك .

٨- التطيب والتزين سنة عن الرسول ﷺ..

- أ- تهتم به، لتسعد زوجتك .
- ب- تهتم به أثناء زيارة أصدقائك، أو عند الخروج .
- ج - لا تهتم به إطلاقاً .

٩- عندما تريد أن تسافر..

- أ- تودعها، وتطلب منها الدعاء، وتزودها بالنفقة .
- ب- تزودها بالنفقة فقط .
- ج- تسافر فجأة .



١٠- حدث شيء من زوجتك يوجب موقف منك ..

أ- تعفو وتصفح

ب- تبدأ بالتلميح، ولا تجرح شعورها، وتعاتبها سراً .

ج- تغضب فهي فرصتك .

النتائج...


ضع عدد الإجابات حسب كل اختيار وانظر إلى أكثر الإجابات في كل عمود

| ج = | ب = | أ = |
|--|---|--|
| أنت؟! (قل أنت!) واجبك... | أنت زوج طيب تحب زوجتك، ولكن تتعامل معها بشيء من الرسمية، تؤدي ما عليك، ولكن دون شعور بالتمتع بالحياة الزوجية . تضع حدوداً في التعامل مع الزوجة وتهتم بعدم تخطئها . واجبك: | أنت زوج شوري تحب زوجتك، وتتمتع بقضاء وقتك معها ﴿وَأَمْرُهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ﴾ متسامح، تقدم نفسية التغافل، متواضع، تدرك طبيعة الأدوار الزوجية، مفتح، واسع الانسجام حب للآخرين . واجبك: |
| حاول أن تراجع رأيك في النساء، انظر إلى أجل ما في زوجتك وحدث نفسك به، لما لا تكون أكثر تواضعاً واهتماماً بالآخرين؟ بل ونفسك؟، راجع مشكلاتك النفسية، وتوجهاتك نحو زوجتك وبيتك ومدى احتياجك لهم، أقول لك قبل الانهيار وبجهد بسيط انقل بعض آرائك للعمود (ب) حاول، وستنجح . | راجع أولاً ما أشرت للبند (ب) فيه من الأسئلة، وسل نفسك لماذا لا تحاول أن تنتقل من البند (ب) إلى (أ) أما إجاباتك المشار فيها إلى البند (ج) فهي تحتاج مراجعة مع النفس، وصدق، وصراحة . أقول لك باستعجاب شديد: لماذا لا تتمتع بحياتك الزوجية؟ | عليك واجب هام أن تراجع النقاط التي تسلكت منك إلى العمود المجاور (ب) فتعيد قراءتها وتعتبر أن البند (أ) فيها تكليف عملي لك . تدرب على أدائه حتى ... ج من عاداتك . |



أنت في نظر زوجتك

هذه القضية مهمة جداً وتنبئ عن الكثير من سماتك الحقيقية لأن مدى التداخل والانغماس بينكما يكاد يكون متكاملاً فالله تعالى يقول: ﴿هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ﴾ [البقرة: ١٨٧] واللباس هو ما لاصق الجلد، وامتنص عرقه وأصبح بصمة شخصية لصاحبه، وتعالوا أذكر لكم نموذجاً واضحاً جداً للرجل الزوج في نظر زوجته ...

 شاب يتزوج امرأة في الأربعين من عمرها كانت من أجل نساء قومها، بل وأغنى قومها، تاجر بمالها ولها حضور اجتماعي، وشخصية مستقلة، وعمق في الحياة وتجربة زواج سابق .

وزوجها هذا أتم الخامسة والعشرين والفرق بينهما في السن خمسة عشر عاماً تحمل من التجارب والخبرات الكثير، تزوجته لأنه الصادق الأمين كما اشتهر بين قومه، تزوجته لأنها خبرته تاجرًا بمالها فرأت منه رجولة لم تعهدها في الكثير .

عاش الزوجان حياة سعيدة وكان مال الزوجة هو دعامة الحياة، وأنجبت لزوجها الشاب ولدان وأربعة بنات، وعندما أتم الزوج أربعين عاماً أحب العبادة، وأراد أن يفرغ لها فشجعت زوجته التي بلغت الخامسة والخمسين فصعد جبلاً قريباً من قريته يعبد الله فيه، وهي ترعى ما بقي



من أولادهما، وترسل إليه خادمها بالزاد والماء ليعود يطمئنهما عليه، بل كانت أحياناً لتزور زوجها الشاب الزاهد فوق الجبل تقوي عضده، وتشاركه الليالي وتعود.

كل هذا ولم تشكو المرأة، ولم تتضجر، بل كانت ترحب بكل ما يفعله زوجها .

إلى أن جاء يوم وجاءها هذا الزوج الشاب الذي وصل إلى الأربعين مرتجفاً خائفاً يرتعش من البرد في قيظ الصيف الحارق، لتلتقي به تهديء من روعه وتلفه في فراشه وتغطيه بلحافه حتى يهدأ ويقوى على أن يحدث بما حدث له .

فلما تكلم أسمعها عجباً! لقد قال لها: أنه يأتيه الوحي من السماء.

تصوروا معي أي رجل يأتي زوجته بعد أن يعتزل الليالي ذات العدد ليخبرها أنه جاءه ملك ليخبره أنه نبي ماذا سيكون ردها ؟.

لندع عائشة أم المؤمنين - رضي الله عنها - تحكي القصة، ولكن في البدء نجب أن نوضح ما لا اظن أنه حقي عليك:

أن امرأتنا الفاضلة هي أم المؤمنين خديجة رضي الله عنها وزوجها هو حبيبنا وسيدنا محمد رسول الله ﷺ، ولا يفوتنا أن نذكر أن عائشة كانت تغار من خديجة حتى بعد موتها، ولكن لأنهم جيل يتمتع بالصدق



فلا نظن أن تكذب في روايتها، تقول عائشة بعد أن ذكرت نزول جبريل بدييات سورة العلق ﴿أَفَرَأَيْتَ الَّذِي خَلَقَ﴾ [العلق: ١].

«ثم رجع إليها رسول الله ﷺ يرجف فؤاده، فدخل على خديجة بنت خويلد فقال «زملوني زملوني»، فزملوه حتى ذهب عنه الروع، فقال لخديجة وأخبرها الخبر: «لقد خشيت على نفسي» .

هنا نقف مع الروعة، مع الرجل في نظر زوجته .

الرجل الذي استطاع أن يزرع في كل خلية من خلايا زوجته حباً واحتراماً وتقديراً تتجلى كلها في ردها عليه:

قالت خديجة: «كلا والله ما يخزيك الله أبداً إنك لتصل الرحم وتحمل الكل^(١) وتكسب المعدوم^(٢) وتقري الضيف^(٣) وتعين على نوائب الحق» .

خبروني معشر الأزواج بالله عليكم من منكم لا يحب أن يسمع رأي من زوجته فيه مثل هذا الرأي؟ ثم خبروني..

هل تقول المرأة هذا الرأي في زوج لا يصل رحمها بل لا يصل رحمه أحياناً ويجعل قضية مشتعلة دائماً بينه وبين أهلها سواء أبوها أو أمها أو أخواتها . ولا يرغب أبداً في إطفائها مهما حاولت هي من محاولات؟ .

(١) تنفق على الضعيف والمسكين واليتيم وأصل الكل الثقل والإعياء .

(٢) تعطي الناس ما لا يجدونه عند غيرك .

(٣) تكرم الضيف .



هل تقول الزوجة عن زوجها عن مثل هذا الكلام إذا كان بخيلاً يغلق بيته عليه، لا يحب الناس ولا يحبونه، لا يعطي مسكيناً، ولا يأوي ضعيفاً ولا يساعد معدوماً بل ولا يحب ضعيفاً؟.

ثم انتظروا يا معشر الرجال، وانظروا معي إلى شاشات التاريخ تعرض أعجب موقف لزوجة يبين مكانة زوجها التي زرعتها في قلبها خلال خمسة عشر عاماً .

يقول رسول الله ﷺ: «وانصرفت راجعاً إلى أهلي حتى أتيت خديجة، فجلست إلى فخذها مضيقاً إليها «أي: جلس ملتصقاً بها مُحْتَمٍ بها ساكناً بين ذراعيها» فقالت: يا أبا القاسم، أين كنت؟ فوالله لقد بعثت رسلي في طلبك، حتى بلغوا مكة، ورجعوا لي؟!

يقول رسول الله ﷺ: «ثم حدثتها بالذي رأيت، فقالت: أبشر ابن العم واثبت فوالذي نفس خديجة بيده، إني لأرجو أن تكون نبي هذه الأمة» (١) .

وتحمل الزوجة دعوة زوجها، وتنطلق الزوجة تطمئن نفسها، وتطمئن زوجها لتلقي بابن عمها ورقة بن نوفل الذي كان قد تنصر في الجاهلية، وقرأ الكتب السابقة، وكان شيخاً كبيراً قد عمي، فقالت له خديجة: يا ابن عم، اسمع من ابن أخيك .

فقص عليه النبي ﷺ ما رأى، فطمئنته ورقة وقال له: «وإن يدركني يومك أنصرك نصرًا مؤزرًا» (١) .



«لقد قارنت خديجة بين ما سمعت من زوجها وبين الواقع التي عاشته معه خمسة عشر عاماً فأدركت أن من جُبل على مكارم الأخلاق لا يخزيه الله أبداً . كانت خديجة مؤمنة بأن زوجها فيه من خصال الكمال ومن حسن الأخلاق، وفضائل الشيم، وأشرف السمائل ما يضمن له الفوز، ويحقق له النجاح والفلاح»^(٢) .

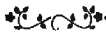
وقد قرأت عشرات التعليقات والخواطر لمواقف خديجة من زوجها محمد ﷺ ولم أجد تعليقاً عندي على هذا الموقف إلا كلمة واحدة لقد رأت خديجة في محمد الرجل، لقد اخترته زوجاً خسة عشر عاماً فلم تجده خلال علاقته كزوج وأب ورب أسرة إلا نبياً فأمّنت به، ولم تتردد .

ويذكرني هذا كله بقول الإمام حسن البنا عندما تكلم عن البيت المسلم كمرتبة من مراتب عمل الإنسان المسلم، لإعلاء شأن دينه وعوده أستاذية الإسلام للعالم، فقال: «وتكوين البيت المسلم، بأن يحمل أهله على احترام فكرته .. » .

ولا أظن أن زوجة لا تحترم زوجها تطيق أن تحترم فكرته مهما كان أو كانت ولا أظن أن مجرد أن الله تعالى قال: ﴿الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ﴾ [النساء: ٣٤] أو قال - سبحانه وتعالى: ﴿وَالرِّجَالُ عَلَى نِسَاءٍ﴾ [البقرة: ٢٨٨] مسبباً كافياً لبعث الاحترام إلى قلب الزوجة... إن الاحترام لا يثبت بعقد

(١) المرجع السابق .

(٢) السيرة النبوية - الصلابي ج ١ ص ٩٥ .



الزواج إنما يزرع لرجولة كاملة وأخلاق عليّة يحكم العقل وعاطفة القلب.. بقوامة راعية ودرجة عليّة من السمات. إن الاحترام لا يزرع بالسفينة ولكن السلطة تتولد عن الاحترام.

والآن لننظر معاً بصدق:

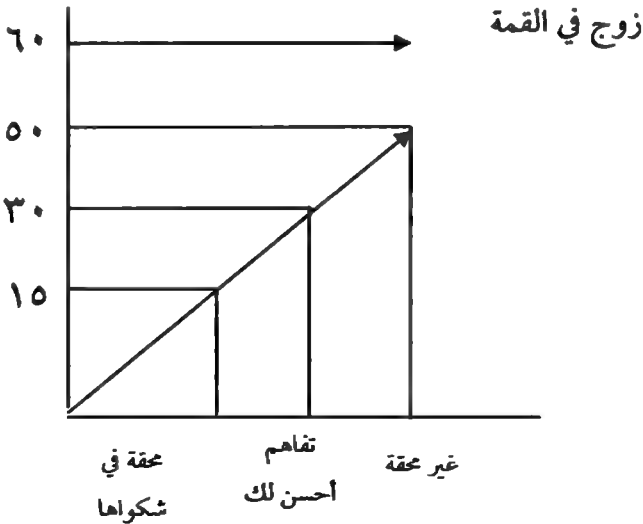
هل زوجتك محقة في شكواها ؟

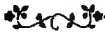
| نعم | أحياناً | كلا | |
|-----|---------|-----|---|
| ١ | ٢ | ٣ | ١- هل تنتقد طريقة زوجتك في الطهو ؟ |
| ١ | ٢ | ٣ | ٢- هل تقارن بين ما تصنعه زوجتك، وما اعتادت أمك أن تصنعه ؟ |
| ٠ | ٢ | ٣ | ٣- هل تهمل اصطحاب زوجتك إلى نزهة أو رحلة ؟ |
| ٢ | ٢ | ١ | ٤- هل تزور المطبخ، لتختبر بنفسك مدى كفاءة زوجتك في الطهو ؟ |
| ٠ | ٠ | ٣ | ٥- هل تنتقد زوجتك أمام الضيوف |
| ٠ | ١ | ٣ | ٦- هل تبرم بزيارة أقارب زوجتك وخاصة والديها ؟ |
| ١ | ٢ | ٣ | ٧- هل تلوم زوجتك إذا أتى أبناؤك بتصرفات مخجلة ؟ |
| ٣ | ١ | ١ | ٨- هل تبدي اعتذارك إذا وقع منك ما يسئ لزوجتك ؟ |
| ٣ | ٢ | ١ | ٩- هل تنبئ زوجتك بالتليفون أنك ستأخر في العودة وتسأل عن أحوالها ؟ |
| ١ | ٢ | ٢ | ١٠- هل تحاول أن تظهر بمظهر صاحب السلطة والسيطرة في البيت ؟ |
| ٣ | ٢ | ٠ | ١١- هل تفكر في إهداء زوجتك هدية ولو بسيطة ؟ |
| ٣ | ٢ | ١ | ١٢- هل تحدث إلى زوجتك بمشروعاتك المستقبلية ؟ |
| ٣ | ١ | ٠ | ١٣- هل تبدي التلطف والحنان إذا توعكت زوجتك ؟ |



| | | | |
|---|---|---|---|
| ٣ | ١ | ١ | ١٤- هل تبرم باصطحاب زوجتك لزيارة أقاربها ؟ |
| ٢ | ١ | ٠ | ١٥- هل ترفض أن تبقى مع أطفالك إذا خرجت زوجتك لأمر هام ؟ |
| ٠ | ٢ | ٢ | ١٦- هل تشارك زوجتك في إدارة ميزانية البيت ؟ |
| ١ | ٢ | ٣ | ١٧- هل تساعد زوجتك على أن تدرب نفسها على شيء جديد ؟ |
| ٣ | ١ | ٠ | ١٨- هل تحرم على زوجتك بعض ما تفعله أنت ؟ |
| ٠ | ٢ | ٣ | ١٩- هل تتخلص من التكشيرة على باب البيت قبل الدخول ؟ |
| | | | المجموع: |

احسب مجموع درجاتك وابحث عن شكوى زوجتك في التخطيط التالي:





تخلص من الكراكيب

كما قلنا من قبل إن هذه التحفة الرائعة التي أحضرتها على هيئة هدية لزوجتك لن تجد لها مكاناً وسط تلك الكراكيب التي تراكمت في أركان حياتكما مع الزمن، والسبيل الوحيد لظهور جمال سلوكياتك الجديدة في حياتكما أن تتخلص من هذه الكراكيب وتعيد ترتيب الحياة لتجد مكاناً لتحفتك الجديدة

والآن نختار بعض هذه الكراكيب التي لا بد أن تتخلص منها، لتصفو لك حياتك الزوجية .

١ - ناقصات عقل:

وبناءً عليه لا تستشيرها بل لا تعتبرها موجودة أصلاً،

فكيف تستشير من لا عقل لها ؟

أقول لك: إن الشورى من أخلاق المسلم مدح الله بها المؤمنين

فقال: ﴿وَالَّذِينَ اسْتَجَابُوا لِرَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَمْرُهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ

وَمَا رَزَقْنَاهُمْ ﴿الشورى: ٣٨﴾.



وذكرت الشورى ثلاث مرات فقط في القرآن أحدهم كخلق للمسلم في الآية السابقة في الآية السابقة، والثانية في الحرب وتنظيم أحوال الدولة^(١).

والثالث في أمر من أمور السي، بل من أمور البيت بعد انفصاله قال تعالى: ﴿ فَإِنْ أَفْصَلَا عَنْ رَاضٍ وَتَهْمَا وَتَشَاوُرَ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْرِضُوا أُولَئِكَ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا بَيْنَكُمْ بِالْمَرْفُوعِ وَالْقَوْلِ اللَّهُ وَأَعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴾ [البقرة: ٢٣٣] .

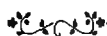
أي أن الشورى تكون إما على مستوى الفرد وإما في المجتمع الكبير (الدولة) أو المجتمع الصغير (الأسرة)، وإن كانت الشورى قد أمر الله بها . أمر مثل رضاع الصبي بعد الانفصال، فأظنها في كل أمور البيت وهو قائم أولى .

وهل أذكرك عزيزي الزوج باستشارة النبي ﷺ زوجته أم سلمة في أمر يهم المسلمين يوم صلح الحديبية .

بل أعجب من ذلك أن يستشير النبي ﷺ زوجاته في طلاقهن فيرى زوجته سودة، وقد كبر سنهما ولا تقوى على تكليفات حياة النبي ﷺ فيستشيرها أن يطلقها، فلا تكون عليها أي مسؤوليات ويظل هو مسئولا عنها .

(١) قوله تعالى: ﴿ قَاعَفُ عَنَّهُمْ وَاسْتَغْفِرَ لَهُمْ وَشَاوَرَهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ ﴾

[آل عمران: ١٥٩] .



بل ويوجهه الله تعالى إلى ذلك، فيأمره عندما يطلبن منه زيادة النفقة أن يستشيرهن ولا يبادر هو بأخذ قرار الانفصال: ﴿يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ قُلْ لِّأَزْوَاجِكَ إِن كُنْتُنَّ تُرِدْنَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا وَزِينَتَهَا فَتَعَالَيْنَا أُمَتِّعْكُنَّ وَأُسَرِّحْكُنَّ سَرَاحًا جَمِيلًا﴾ [الأحزاب: ٢٨] .

إنها حياة عجيبة يا عندما نفهم ديننا أما أن نفهمه فقط كما نهوى فلا يكون على لساننا إلا ما صح عن رسول الله ﷺ «النساء ناقصات عقل» ولتينا فهمناه كما يريد النبي ﷺ حين أخبر أصحابه أن نقصان العقل هو نسيانها عند الشهادة، فجعل الله شهادة امرأتين تساوي شهادة رجل ﴿أَن تَصِلَ إِحْدَهُمَا فَتُكْفِّرَ بِأَحَدِهِمَا الْأُخْرَى﴾ [البقرة: ٢٨٢]، وهو أمر فطري خلقه الله فيها، لا دخل لها فيه وليس اكتسابي أو مهاري. ولا يؤثر على قدراتها وذكائها ومهاراتها في اتخاذ القرار أو في إدارة الحياة سواء على مستواها الشخصي أو العائلي أو العلمي .

أو ما يتردد على ألسنة الفارغين من الرجال ليس من كلامه ﷺ ولا من كلام أحد من العقلاء كقوله أحدهم «شاوخوا النساء وخالفوهم»^(١)، ويتكون لدى الزوج نفسية مستقلة لشأن المرأة، فيعتبرها لا قيمة لها ولا فائدة، أي هراء هذا الذي ندير به بيوتنا؟!

ثم نسال أين السكن؟!

(١) لا يصح نسبة هذا الكلام لرسول الله ﷺ لضعف سنده ويدعي البعض أن قائله سيدنا علي، ومع التحقيق لم يثبت أنه من قوله .



٢- عاصفة الغضب:

نعم يا صديقي الزوج، هكذا عبرت كثير من الزوجات عن سلوكك عندما تغضب فتكون على أحد حالين...

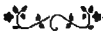
أ- إما عاصفة من العصبية والانفعال وعدم ضبط النفس، ويقف الشيطان ينفخ في نار غضبك لتزداد اشتعالاً ويضيع مع حطامها قول النبي ﷺ «لا تغضب»^(١) وقوله ﷺ: «ليس الشديد بالصرعة ولكن الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب»^(٢).

ب- وإما عاصفة من الثلج والبرود والتجاهل، يصاحبها ريح بارد من النظرات المؤنبية، وتقلبات الشفتين وامتعاضهما، بل ومع شدة السقيع قد تترك أنت المكان لا يسمع فيه إلا صفير ريح الغيظ الأنثوي الذي قد يؤدي إلى انهيار.

أما الاعتدال عند الغضب فهو آخر ما تفكر فيه! أما سلوك النبي ﷺ عندما يغضب من أحد من زوجاته فلا يزيد على أن ينظر مغضباً، أو يتسم مغضباً، أو يأمرها أن تعتذر، أو يسألها أن تعين من يحكم بينهما، أو ... أو من السلوك الذي ما فعله النبي ﷺ من منطلق أنه نبي فقط، بل من منطلق أنه

(١) رواه أحمد (كتاب) مستد البصريين، (باب): حديث جارية بن قدامة (٤١/٣٢١)، رقم (١٩٤٦٦).

(٢) رواه البخاري: (كتاب): الأدب، باب: الحذر من الغضب، رقم (٥٦٤٩)، ومسلم: (كتاب) البر والصلة، باب: فضل من يملك نفسه عند الغضب، رقم (٤٧٢٣).



أيضاً إنسان وزوج وعى ما جاء به وعياً جيداً، وعرف طباع النساء، ثم أراد دائماً أن يكون في القمة من الحسن والجمال من منطلق أنه ﷺ رجل.

٣- الأستاذ:

هكذا أنت في بيتك، وكأنك في الفصل مع التلاميذ
وإصبعك السبابة موجه باستمرار لا إلى الحسن أبداً،
بل كأنك لا ترى إلا القبيح .

أ- ينطلق لسانك مع سبابتك بالملاحظات .

ب- تكبر الأمور البسيطة .

ج- توجه ... وتوجه ... وتوجه ...

د- تؤنب ... وتقرع ... وتنقرز ...

هل نعرف معنى كلمة نقرزة ...!

إنها القرع المستمر بلا هوادة، والطرق المتوالي بلا استراحة .

وترجم ذلك كله في النهاية أن تكون صورة ذهنية سيئة لزوجتك في نفسك تتحدث بها إلى من حولك، إلى الأولاد ... إلى أهلك ... إلى أهلها!!!.

انق ... !!

قد تتعدى الحدود، وقد يفيض الصبر الأنثوي وقد !!

وأنت الجاني

ويومها ستسأل أين الأستاذ ؟

أنصحك أن تغض الطرف عن المساوى : تنظر إلى الحسنات، وتداري

على السيئات، وتوجه بالقدوة. عندها ستكون حقاً أستاذاً !!



٤- يكفر العشير:

امتلاً وجهي بالضحك، وأنا أستمع إلى أحد الزوجات
تشكو لي زوجها الجالس أمامنا بيتسم بأسى، وقد
انفجرت قائلة:

والله يا أستاذ لقد قرأت وحفظت حديث يكفرن العشير عن ظهر قلب،
وعلمت أنه موجه للنساء، وأول مرة أرى رجلاً ينطبق عليه هذا الحديث ؟

قلت من خلال ابتسامتي: وما ذاك ؟

قالت: ولا زال انفعالها الغاضب يسيطر على حديثها .

مهما فعلت له، مهما قدمت ... مهما قلت ... يقول لي بنص
الحديث ما رأيت منك خيراً قط، بل أكثر من ذلك يقلب كل حسن أفعله
إلى سوء ودائماً سيئ الظن بي .

«عن ابن عباس قال: قال النبي ﷺ: أريتُ

النَّارَ فإذا أَكْثَرُ أهلِها النِّسَاءُ يَكْفُرْنَ قيل: أَيْكْفُرْنَ

بالله قال: يَكْفُرْنَ العَشِيرَ، وَيَكْفُرْنَ الإِحْسَانَ لَوْ

أَحْسَنْتَ إِلَى إِخْدَانِ الدَّهْرِ - ثُمَّ رَأَتْ مِنْكَ شَيْئًا

قالت مَا رَأَيْتُ مِنْكَ خَيْرًا قط» .

ما رأيك أيها

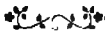
الزوج الكريم..

هل تريد نص

الحديث؟ اسمع

إلى ما رواه

البخاري..



هل رأيت سبب دخول النساء النار إنه كفران العشير، قدم كلمة شكر لن تخسر بسببها شيئاً قدم ابتسامة امتنان يتكسب بها الكثير كافئ بكلمة مدح، ستفجر ينابيع الحب في بيتك .
وإياك أن تكون شكوى زوجتك أنك تكفر العشير .

٥- أنا راجل

نعم وهل ينكر أحد ذلك، ولكن النبي ﷺ وهو سيد الرجال ماذا كان يفعل في بيته لنسأل أم المؤمنين عائشة .

قالت: «عن إبراهيم عن الأسود قال: سألت عائشة ما كان النبي ﷺ يصنع في بيته قالت كان يكون في مهنة أهله تعني: خدمة أهله فإذا حضرت الصلاة خرج إلى الصلاة»^(١).

وفي رواية «يُرْقَعُ الثَّوبُ وَيُخَصِّفُ الثَّغْلُ أَوْ نَحْوَ هَذَا، وَيَفْعَلُ مَا يَفْعَلُ الرِّجَالُ فِي بَيْوتِهِمْ» .

وفي رواية «كان بشراً من البشر، يفلي ثوبه، ويحلب شاته، ويخدم نفسه» .

بل انتشر من ذلك كان راعياً لكل أفراد بيته .

انظر إلى تلك القصة اللطيفة

(١) رواه البخاري كتاب (الأذان)، (باب) من كان في حاجة أهله فأقيمت الصلاة فخرج ، رقم



تقول السيدة عائشة - رضي الله عنها - : «أن أسامة عثر بعثة الباب فدمي قال فجعل النبي ﷺ يُصْصُهُ ويقول: لو كان أسامة جارية خلقتها، ولكسوتها حتى أنفقها»^(١).

وعمر رضي الله عنه الذي عجن العجين وسوى الطعام ونفخ في النار، لمن ؟ ليس لزوجته وإنما لامرأة من الرعية .

وأنت تحب عمر وتقتدي به ؟

وجابر بن عبد الله الذي دعا النبي ﷺ وضيوفه ماذا فعل لإعداد الوليمة .

استمع إلى حكايات الرجال يا رجل

«عن جابر بن عبد الله رضي الله عنهما قال: لما حفر الخندق رأيت النبي ﷺ خصماً شديداً فانكفأت إلى امرأتي، فقلت: هل عندك شيء فإني رأيت برسول الله ﷺ خصماً شديداً فأخرجت إلى جراباً فيه صاع من شعير ولنا بهيمة داجن فذبحتها وطحنت الشعير ففرغت إلى فراغي، وقطعتها في برمتها، ثم وليت إلى رسول الله ﷺ فقالت (أي زوجته): لا تفضحني برسول الله ﷺ وبمن معه (تقصداً لا تدعو عدداً كبيراً فإن الطعام قليل) فجيته فساررتة فقلت: يا رسول الله ذبحنا بهيمة لنا وطحنا صاعاً من شعير كان عندنا فتعال أنت ونفر معك، فصاح النبي ﷺ فقال: يا أهل الخندق إن جابراً قد صنع سوراً فحى هلا بهلكم فقال رسول الله ﷺ لا تنزلن برمتكم، ولا تحبزن عجينكم حتى أجي فجيئت وجاء رسول الله ﷺ يقدم



الناس حتى جئت امرأتي، فقالت بك وبك فقلت قد فعلت الذي قلت فأخرجت له عجيناً فبصق فيه، وبارك ثم عمد إلى برمتنا فبصق وبارك، ثم قال ادع خابزة فلتخبز معي واقدحي من برمتكم، ولا تنزلوها وهم ألف فأقسم بالله لقد أكلوا حتى تركوه وانحرفوا وإن برمتنا لتغط كما هي وإن عجيننا ليخبز كما هو»^(١).

وعلي بن أبي طالب رضي الله عنه:

«عن علي رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ لما زوجه فاطمة بعث معه بخميلة ووسادة من آدم حشوها ليف ورحين وسقاء وجرتين، فقال علي لفاطمة - رضي الله عنهما - ذات يوم: والله لقد سنوت حتى لقد اشتكيت صدري^(*) قال: وقد جاء الله أباك بسبي، فاذهي فاستخدميه فقالت: وأنا والله قد طحنت حتى مجلت يداي فأنت النبي ﷺ فقال: ما جاء بك أي بنية؟ قالت: جئت لأسلم عليك واستحت أن تسأله ورجعت؛ فقال: ما فعلت قالت: استحييت أن سأله، فأتيناه جميعاً فقال علي رضي الله عنه: يا رسول الله والله لقد سنوت حتى اشتكيت صدري، وقالت فاطمة رضي الله عنها: قد طحنت حتى مجلت يداي، وقد جاءك الله بسبي وسعة فأخدمنا؛ فقال رسول الله ﷺ والله لا أعطيكما، وأدع أهل الصفة تطو بطونهم لا أجد ما أنفق عليهم، ولكني أبيعهم وأنفق عليهم أثمانهم؛ فرجعا فأتاها النبي ﷺ وقد دخلا في قطيفتهما إذا غطت

(١) رواه البخاري كتاب (المغازي)، (باب) غزوة الخندق، حديث رقم (٣٧٩٣)، وخصاً: أي جوعاً.

(*) كان (علي) يملاً المساء للبيت فمرض بشبه التهاب رئوي من حمله الماء على صدره.



رءوسهما تكشفت أقدامهما؛ وإذا غطيا أقدامهما تكشفت رءوسهما فثارا فقال مكانكما ثم قال ألا أخبركما بخير مما سألتماني قالوا: بلى، فقال: كلمات علمنيهن جبريل عليه السلام فقال: تسبحان في دبر كل صلاة عشراً، وتحمدان عشراً، وتكبران عشراً وإذا أويتما إلى فراشكما فسبحا ثلاثاً وثلاثين واحمداً ثلاثاً وثلاثين وكبرا أربعاً وثلاثين قال فوالله ما تركتهن منذ علمنيهن رسول الله ﷺ قال: فقال له ابن الكواء ولا ليلة صفين فقل قاتلكم الله يا أهل العراق نعم ولا ليلة صفين^(١).

هؤلاء يا أخي خير رجال؛ فهيا انضم إلى زمرتهم حتى تستطيع أن تقول بصدق: أنا راجل ؟

٦- مشغول:

وفي هذه أيضاً لك كل الحق فمطالب الحياة كثيرة ولا بد أن تعمل حتى تقيم حياة طيبة لهما بل وقد تكون لديك بعض الالتزامات الأخرى المهمة التي تجعلك مشغولاً .

ولكن هي أيضاً لها الحق في شكواها أليس لها جزء من وقتك، جزء غير لحظات الفراش أو الطعام أو النزاع، وقت لها فقط، تتفق فيه معها على نزهة لطيفة هي وحدها أو مع الأولاد ويستحسن تشيته أسبوعياً مثلاً

(١) رواه أحمد كتاب (مسند العشرة) حديث رقم (٧٩٧) .

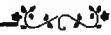


مع عمل برنامج جيد له وتجنب فيه أي حوار حول ما تختلفون حوله في الحياة إنه وقت لن تكون فيه أبدا مشغولاً .

وقبل أن نغلق ملف **افهم نفسك** هذا تعالوا أيها الأزواج نسجل هنا ملامح الزوج الناجح والزوج الفاشل .

الزوج الناجح

- ١- يث مشاعر الأمان الحقيقية لدى زوجته .
- ٢- زوجته هي حبيبته .
- ٣- يستشعر ربانية العلاقة بين الزوجين .
- ٤- يكون مصدر قوته في البيت هو صدقه ؛ وهو منبع شجاعته .
- ٥- يستشعر أن الزواج مسئولية، ورعاية، وقيادة ؛ فلا يساق إلى تحمل المسئولية جبراً ، ولا يهرب منها تخاذلاً .
- ٦- تدفعه مسئولية الزواج إلى النجاح في الحياة العملية .
- ٧- يستشعر المسئولية الأخلاقية تجاه الأسرة والمجتمع ، فيبدأ بنفسه فيكون شريفاً ، متواضعاً ، متسامحاً ، عطوفاً .
- ٨- يتميز بالثبات الانفعالي ؛ فيستطيع أن يكظم غيظه في أحرج المواقف .
- ٩- يلتمس الأعذار ، ويصبر على أخطاء الآخرين .
- ١٠- راقياً في غضبه ، خيراً في عقابه ؛ فلا يقبح ، ولا يسخر ، ولا يتهكم ، ولا يحقر ، ولا يفحش ، ولا يلعن .



يقول النبي ﷺ: «لقد طاف بآل محمد نساءً كثير، يشكون أزواجهن،
ليس أولئك بخياركم»^(١).

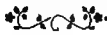
١١ - متوازن بين رومانسية رقيقة، وواقعية مدركة .

١٢ - يؤمن بالمساواة بين الرجل والمرأة، والعدل في العلاقات،
والشورى كمنهج حياة .

١٣ - يعلم أنه القائد ؛ فيجمع بين الحزم، والمرونة، والرعاية،
والعدل .



(١) رواه أبو داود، كتاب (النكاح)، (باب): في ضرب النساء، رقم (١٨٣٤) .



((حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا))

هذه واجبات الزوج الناجح التقى نحو زوجته وحقوقها عليه،
أعط لنفسك درجة من (١ - ٤) حسب أدائك لتلك الواجبات،
واحسب درجتك، واعلم أن الله غفار لمن تاب .

| الواجبات | ١ | ٢ | ٣ | ٤ |
|--|---|---|---|---|
| ١- يزيد رفقها بها وهي حائض ويضعف عطفه عليها . | | | | |
| ٢- يعينها على أداء فرائضها، ويأمرها بها إن قصرت ولو قصر هو . | | | | |
| ٣- يصبر عليها، ويحلم على غضبها | | | | |
| ٤- يكرم أهلها، ويعينها على بر أبيها | | | | |
| ٥- يساعدها ما استطاع في أعمال البيت | | | | |
| ٦- يستشيرها دون أن يحقر رأيها | | | | |
| ٧- يوفر لها سكناً مستقلاً مناسباً | | | | |
| ٨- يظهر حسناتها، ويستر عيوبها | | | | |
| ٩- لا يشتمها، ولا يضربها | | | | |
| ١٠- يكرمها، ولا يهينها | | | | |
| ١١- يرفق بها ويشفق عليها | | | | |
| ١٢- يلاطفها، ويلاعبها | | | | |



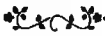
| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | | | | ١٣- لا يحزن إذا غلبته على أمر |
| | | | | ١٤- لا يظلمها، وإن كرهها |
| | | | | ١٥- لا يطعمها من حرام |
| | | | | ١٦- لا يكلفها فوق طاقتها |
| | | | | ١٧- لا يطيل الغياب عنها |
| | | | | ١٨- لا يهجرها إلا في بيتها |
| | | | | ١٩- يلي لها ما يحسنها ويعفها ويسعدها |
| | | | | ٢٠- يناديها بأحب الأسماء إليها |
| | | | | ٢١- يتغاضى عن كثير مما يصدر عنها |
| | | | | ٢٢- لا يجرها أمام أهلها، أو أهله |
| | | | | ٢٣- يمازحها ويمرح معها ويلطفها |
| | | | | ٢٤- يحفظها ويصونها ويحميها من كل خطر |
| | | | | ٢٥- ينفق عليها ما تحتاج إليه ويقدر عليه |
| | | | | المجموع: |

درجتك هي: %

قال رسول الله ﷺ «أوصيكم بالنساء خيراً فإنهن عوان عندكم» .

﴿قُلْ يٰٓعِبَادِىَ الَّذِينَ آمَنُوا عَلَىٰٓ أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ

الدُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ﴾ [الزمر: ٥٣] .



ماذا تريد الزوجة

على طريق السكن بدأنا هذا الباب، وبيننا أن من وسائل الوصول إلى السكن الذي أعده الله للزوج عند زوجته أن يتلخص من مجموعة السلوكيات التي تكرهاها المرأة في زوجها، وهذا هو التخلي، وإزالة الغبار ثم نستكمل المهمة بالتخلي حيث نزين السكن بعد تنظيفه بمجموعة سلوكيات تحب المرأة أن يباشرها زوجها معها:

أولاً: البخيل

من أكثر الأمور التي تقيس بها الزوجة عاطفة زوجها أسلوب تعامله المالي معها، ولذلك نجد على لسان الكثير من الفتيات أن أهم صفة لا أحبها في زوجي أن يكون بخيلاً.

وأسر إليك أن القضية بالنسبة للزوجة ليست كما يظنها الزوج أن تأخذ منه أو تسلبه المال أو أنها غير منضبطة مالياً أو، أو ... الأمر كله أنها تدرك أهمية المال بالنسبة لك، ومدى التعب الذي بذلته في الحصول عليه، وأنت المصدر الأساسي لتزويدها بالمال في الحياة فتريد أن تعرف موقعها منك وذلك بمعرفة موقعها من شيء مهم لديك وهل أهم من المال؟! .



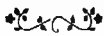
واليك مجموعة نصائح:

- ١- أن تشاركها في ميزانية البيت وتستشيرها دائماً في طريقة الحصول على المال وطريقة إنفاقه .
- ٢- أن تحاول أن تكون صريحاً معها في مقدار دخلك وأسلوب توزيعك له ، ومقدار ادخارك وأسباب هذا الادخار .
- ٣- أن تطلعها على كلا الأمرين الأزمة والسعة حتى تشعرها بمشاركتها الكاملة .
- ٤- أن تجعل لها خلاف مصروفات البيت مبلغاً خاصاً كمصروف يدها ، والذي يعتبر هدية منك شهرية لها مطلق حق التصرف فيها فقد أصبحت مالها الخاص ^(١) .
- ٥- أن تشاركها أو تستقل أنت بالهدايا التي تود أن تبعثها لأهلها في المناسبات أو المساعدات التي تقدمها لأهلها إن كانوا يحتاجون .
- ٦- أن تبين الزهد الكامل فيما لديها من مال خاص إذا كنت لا تحتاج له ، وإن كنت تحتاج فاطرح الأمر للتشاور لا على شكل حق من حقوقك ومع النصح لها إذا استشارتك في أمر مالها .

ثانياً: مع طموحاتها

كثير من الزوجات تنتهي طموحاتهن عند طموحات أزواجهن ، وقليل منهم من تتعارض طموحاتهن مع أزواجهن مما يكون له أثر سلبي في التعامل بينهما ،

(١) راجع كتابنا (بيوت بلا ديون) .



ولكن الزوج العاقل من يقدر طموحات زوجته
ويقومها لتدخل في مجرى طموحات البيت كله

ومن وسائل ذلك:

- ١- احترام دراستها إن رغبت في ذلك بل وإعانتها عليها، وإدراك أن نجاحها يصب في كيان الأسرة .
- ٢- احترام رغباتها الشخصية كالرغبة في عمل تخصصيس مثلاً أو مزاوله نوع من الرياضة.
- ٣- أعنها على عملها الخيري إن أحببت ذلك، فإن النساء أكثر توجهاً عاطفياً لفعل الخير بل والدعوة إلى الله، ولا تنسى أن عليها كما عليك واجب الدعوة إلى الله .

﴿ وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَيُطِيعُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ
أُولَئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ ﴾ [التوبة: ٧١] .

فتعاونوا على ذلك، ولا تقف حجر عثرة في سبيلها بل وكن أول
المباركين لنجاحها .

ثالثاً: في أعمال البيت

انطبع في أذهان الناس أن المرأة مسئولة مسئولة
كاملة عن أعمال البيت، ولكن هل تعلم أن هناك
خلاف بين الفقهاء على مسألة:



هل خدمة المرأة لبيتها واجب عليها أم لا ؟

نعم يترجح عند الكثير من العلماء أنه واجب عليها بقدر طاقتها وبقدر مستواها وخدمتها في بيت أبيها .

ولكن نجد الوصاية بأن من يستطع أن يحضر لامرأته خادماً يساعدها فإن ذلك من حقوق الزوجة^(١).

بعيداً عن الحقوق الملزمة والواجبات المفروضة لقد رأينا ماذا كان يعمل النبي ﷺ في بيته .

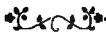
وضع شاذ:

ثم لا يخفى على أحد أن هناك وضع شاذ، وهو تلك الزوجة التي تخرج من البيت صباحاً مع زوجها لتعمل تقريباً نفس المدة الزمنية سواء عملاً وظيفياً أو عملاً خيراً مما اتفق الزوجان عليه، وتعود في نفس مواعده في نهاية اليوم فإذا به يلومها على عدم إعداد الطعام وعلى نظافة البيت ودروس الأولاد وتعطل الأجهزة... وغيرها

وقد نتغاضى عن هذا الوضع الشاذ الذي لا نظنك تكون فيه أبداً لننصحك بما يحول البيت إلى السكن الذي يفيض بالمودة والرحمة .

١ - أسلك سلوكاً عملياً في التغيير وإذا رأيت أي خلل في البيت فكن قدوة .

(١) راجع موسوعة (القواعد في بناء البيت المسلم) للمؤلف .



- ٢- أسرع بالشكر وامتداح أي عمل جيد في البيت، وتغاضى عن التوافه .
- ٣- لا تعين نفسك مشرفاً للنظافة في البيت تشير بعصاتك إلى هذا الخل وذاك وذاك ولكن قدر تعبها .
- ٤- احترم مرضها وكن بديلاً جيداً عنها، وإياك أن تظهر الضجر عند مرضها، بل وقدم لها المساعدة المطلوبة واسأل نفسك لو كنت مكانها ماذا كنت تفعل ؟.
- ٥- زين الحياة حولها كما تحب أنت أن تفعل هي ذلك لك، أعد غرفة النوم وانثر فيها العطر، أحضر باقة ورد لذلك الركن الجميل الذي تجلسون فيه معاً .
- ٦ راجع كل ما يحتاج إصلاحاً في المطبخ والحمام والإضاءة وأسرع في استدعاء من يصلحه .
- ٧- وأخيراً تزين لها وارتي أفضل ما عندك في البيت .





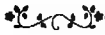
هل أنت زوج مثالي

اعلم أيها الأخ الكريم أن الزوج هو عماد البيت وبصلاحه يصلح البيت كله، ويسعد في الدنيا والآخرة إن شاء الله .

ونعلم جميعاً أن المثالية ليست هدفاً وإنما هي علامة على البعد يسعى كل واحد منا أن يقطع جزء من الطريق إليها.. وكلما قطعنا جزءاً أكبر كان الشعور بالسعادة أقرب.

الآن حاول الإجابة عن هذه الأسئلة المباشرة بحياد تام وبصراحة لتقف مع نفسك وقمة صادقة لتعرف نقاط القوة في عاطفتك مع زوجتك فتتميزها وتعرف نقاط الضعف فتعالجها .

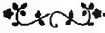
| السؤال | دائماً | غالباً | أحياناً | نادراً | لا |
|--|--------|--------|---------|--------|----|
| ١- هل تودع زوجتك قبل ذهابك إلى العمل وتحسن مقابلتها عند رجوعك ؟ | | | | | |
| ٢- هل تحرص على أن تكون مرحاً وبشوشاً خاصة مع زوجتك وأهلها مهما يحيط بك ؟ | | | | | |
| ٣- هل تحرص على أن تكون عواطفك دافئة وتبدي إعجابك بجمالها ؟ | | | | | |



| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | | | | ٤- هل تحرص على تقديم هدية رمزية لها في المناسبات السعيدة مثل (عيد ميلادها - عيد زواجكما ...). |
| | | | | ٥- هل تحرص على الانسجام التام بين زوجتك ووالدتك وإخواتك ؟ |
| | | | | ٦- هل تفار على زوجتك غيرة محمودة ؟ |
| | | | | ٧- هل تهتم باللفتات البسيطة وتمتدح إجادتها ومظهرها وطهيها .. إلخ ؟ |
| | | | | ٨- هل تقول لها إنك سعيد بالزواج منها ؟ |
| | | | | ٩- هل تقص لها بعض الطرائف والمفارقات الطريفة ؟ |
| | | | | ١٠- هل تقدم لها بعض المشروبات والمأكولات التي تحبها دون طلبها منك ؟ |



| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | ١١- هل تتزين لها ؟ |
| | | | | ١٢- هل تدلل زوجتك وتناديها بأحب الأسماء إليها ؟ |
| | | | | ١٣- هل تعبر لزوجتك عن حبك وإخلاصك وتقبلها يومياً ؟ |
| | | | | ١٤- هل تحرص على راحة زوجتك عندما تشعر بتعبها وحاجتها إلى النوم ؟ |
| | | | | ١٥- هل تحرص على ألا تنتقد زوجتك باستمرار وخصوصاً أمام الأهل والأولاد ؟ |
| | | | | ١٦- هل تلتزم الأدب معها وتراعي شعورها وحياتها الخاصة ؟ |
| | | | | ١٧- هل تستعمل معها الرحمة والرفق واللياقة والكياسة ؟ |
| | | | | ١٨- هل تراعي الأطفال الصغار عند بكائهم ليلاً، ولا تتصنع النوم ؟ |



| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | | | | ١٩- هل تحرص على ألا تثقل على زوجتك بطلباتك وطلبات البيت والأولاد؟ |
| | | | | ٢٠- هل تحرص على شراء مستلزماتها من الملابس والشنط والأحذية والعطور و....؟ |
| | | | | ٢١- هل تحرص على توفير مستلزمات المنزل من الخضراوات والفواكه وخلافه...؟ |
| | | | | ٢٢- هل تبتعد عن النكد واختلاق المشكلات؟ |
| | | | | ٢٣- هل تعامل وتعاشر زوجتك بالحسنى وطيب خاطر؟ |
| | | | | ٢٤- هل تصبر وتستعين بالله عندما تجد فيها ما تكره وتمارس الحلم واللين وضبط النفس معها؟ |
| | | | | ٢٥- هل تراعي ظروف زوجتك النفسية وتحاول تهدئتها وحل مشكلاتها؟ |



| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | ٢٦- هل تحرص على ألا تغضب إذا تأخرت عن إعداد الطعام لك أو غسل وكي ملابسك؟ |
| | | | | ٢٧- هل تحرص على عدم مجادلتها ومخاصمتها في كل وقت وعلى أتفه الأسباب؟ |
| | | | | ٢٨- هل تحرص على عدم استرضاء أولادك أمام زوجتك عندما توبخ أحدهم؟ |
| | | | | ٢٩- هل تحرص على مراعاة ذوقها عند شراء احتياجاتك واحتياجاتها وحاجات المنزل؟ |
| | | | | ٣٠- هل تحرص على عدم فتح حافظة نقودها، أو حقيبتها إلا بإذنها؟ |
| | | | | ٣١- هل تتجنب عناد زوجتك الذي قد يؤدي إلى ما لا يحمد عقباه؟ |



| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | | | | ٣٢- هل تذكر مزايا زوجتك أمام الأهل والأقارب؟ |
| | | | | ٣٣- هل تحرص على إكرام والدتها وإجلالها وإظهار مشاعر الحب والود لها؟ |
| | | | | ٣٤- هل ترحب وتكرم أهل زوجتك عند زيارتهم لكما؟ |
| | | | | ٣٥- هل تشعر زوجتك بحبك لأهلها واحترامك لهم؟ |
| | | | | ٣٦- هل تحرص على صلتك بأهلها ومشاركتهم في جميع المناسبات والأعياد؟ |
| | | | | ٣٧- هل تحرص على الذهاب مع زوجتك بين آن وآخر للنزهة وصلة الرحم؟ |
| | | | | ٣٨- هل تسعى ليكون بيتكما قدوة وقبلة للناس؟ |
| | | | | ٣٩- هل تحرص على ألا تترك زوجتك وأولادك فريسة أمام التلفاز؟ |



| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | ٤٠ - هل تحرص على ألا تتحول العائلة إلى ملههه عن ذكر الله، والتزام أوامرهم؟ |
| | | | | ٤١ - هل تشارك زوجتك مسئولية الأولاد (العبادة - المذاكرة - والمتابعة ..)؟ |
| | | | | ٤٢ - هل تحرص على تبادل الآراء مع زوجتك في محيط من التفاهم والحب؟ |
| | | | | ٤٣ - هل تحسن قوامتك على زوجتك، ولا تسيئ إليها؟ |
| | | | | ٤٤ - هل تحل مشكلاتك داخل بيتك وتحفظ بأسرار زوجتك دون إطلاع الأهل والأقارب عليها؟ |
| | | | | ٤٥ - هل تسي ما يدور بينكما من خلاف أو نقاش؟ |
| | | | | ٤٦ - هل تحض زوجتك وأولادك على الأخلاق، الفاضلة وترشدهم إلى طريق الحق؟ |



| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | ٤٧- هل تحرص على أن يكون لكما لقاء أسبوعي على كتاب الله ومدارسة سنة نبيه ﷺ؟ |
| | | | | ٤٨- هل تحرص على إقامة شعائر الإسلام سوياً من صلاة وصيام وزكاة وحج؟ |
| | | | | ٤٩- هل تذكر زوجتك وأولادك في دعائك بظهر الغيب؟ |
| | | | | ٥٠- هل تحرص على ألا تنام وزوجتك غاضبة منك؟ |
| | | | | ٥١- هل تعرف أن العمر قصير وله قيمته ولا يجب أن تضيعه بتوافه الأمور؟ |
| | | | | ٥٢- هل تحمد الله على نعمة هذا الزواج وهذا السكن والرحمة والمودة في حياتك؟ |
| | | | | ٥٣- هل تحرص أن يكون الله ورسوله أحب إليكما مما سواهما؟ |



| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | | | | ٥٤- هل تحرص على الصيام مع زوجتك ثلاثة أيام من كل شهر على الأقل؟ |
| | | | | ٥٥- هل تحرص على إيقاظ زوجتك لصلاة الفجر؟ |
| | | | | ٥٦- هل تحرص على إيقاظ زوجتك لقيام الليل؟ |
| | | | | ٥٧- هل ترحب وتكرم صديقات زوجتك عند زيارتهن لكما؟ |
| | | | | ٥٨- هل تعينها على الالتزام بالمواعيد والمحافظة عليها؟ |
| | | | | ٥٩- هل تساعدنا على أن تكون نافعة لغيرها؟ |
| | | | | ٦٠- هل نتعاوننا على مجاهدة النفس على السير على الطريق إلى الله؟ |



وقت الحساب:

أولاً: احسب مجموع درجاتك كالآتي .

| | | | | |
|--------|--------|---------|--------|-----|
| دائماً | غالباً | أحياناً | نادرًا | لا |
| ٢٠ | ١٥ | ١٠ | ٥ | صفر |

ثانيًا: اجمع ما حصلت عليه من درجات .

١ - أكبر من ٨٥ درجة.... أنت زوج ممتاز تقترب من المثالية.

٢ - من ٧٥ إلى ٨٥... أنت زوج ناجح وعندك الاستعداد لتحقيق المزيد

من النجاح..

٣ - من ٦٥ إلى ٧٥... أنت زوج جيد وبقليل من الحكمة والجهد

تكون زوجًا ناجحًا عليك أن تجتهد أكثر من ذلك.

٤ - من ٥٠ إلى ٦٥... أنت زوج عادي راجع أسئلة الاستبيان قبل فوات الأوان .

٥ - أقل من ٥٠ درجة... أنت على خطر عظيم وبيتك يفقد أعمدته

التي يقوم عليها عليك بمراجعة نفسك قبل أن ينهار.

ثالثًا: احتفظ بهذه الورقة وقيم نفسك كل ثلاثة شهور على الأقل،

وحاول أن تحقق درجات أعلى.. بمراجعة كل سؤال واكتساب المهارات

التي تكسبك إجابة جيدة عنه حتى تقطع أكبر جزء من الطريق إلى جنة

الزواج المثالي.



تزين يا رجل



قال الإمام القرطبي عند تفسير قوله تعالى: ﴿وَلَهَنَ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَ بِالْمَعْرُوفِ﴾ [البقرة: ٢٨٨]. «أي: ولهن من حقوق الزوجية على الرجال مثل ما للرجال عليهن».

وقال ابن عباس رضي الله عنهما: «إني لأتزين لامرأتي كما تتزين لي» لأن الله تعالى قال: ﴿وَلَهَنَ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَ بِالْمَعْرُوفِ﴾.

قال القرطبي: «أما زينة الرجال فعلى تفاوت أحوالهم، فإنهم يعملون ذلك على وفق اللياقة والوفاق، فرما كانت زينة تليق في وقت، ولا تليق في وقت، وإنما يعمل اللائق والوفاق ليكون عند امرأته في زينة تسرها ويعفها عن غيره من الرجال. قال: ثم عليه أن يتوخى أوقات حاجتها إلى الرجال فيعفها عن التطلع إلى غيره».

وعن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه عن رسول الله ﷺ قال: «لا يدخل الجنة من كان في قلبه مثقال ذرة من كبر، ولا يدخل النار من كان في قلبه مثقال ذرة من إيمان» فقال رجل: يا رسول الله الرجل يحب أن يكون ثوبه حسناً، ونعله حسناً، فقال رسول الله ﷺ: «إن الله جميل يحب الجمال، الكبر من بَطَرِ الْحَقِّ وَغَمْضِ النَّاسِ»^(١).

(١) رواه مسلم (كتاب الإيمان، باب: تحريم الكبر وبيان، رقم (١٣١)).

عزيزي الزوج:

كل إنسان بفطرته يحب الجمال، ونحن الرجال ندرك موقع جمال المرأة من نفوسنا ويسعدنا تلك المواقف التي تهتم به زوجاتنا بجمالها من أجلنا... والذي لا بد أن نعلمه أن الزوجات أيضاً يحببن الجمال ويسعدهن تلك اللفتات الجميلة من أزواجهن.

اعلم أيها الزوج الفاضل... أن زوجتك تحب أن تراك في عيناها وعيون الناس جيلا، بل تحرص على هيئتك في الملبس والمظهر أمام الناس، ألم تر اهتمامها بك عند الخروج، وحرصها على نظافة ومظهر الملابس؟ فإذا كانت تحب أن يراك غيرها مع شدة غيبتها عليك جيلا مهنماً، فكيف بحبها أن تراك لنفسها، ولذلك قال سيدنا عمر: «تزينوا لنسائكم، فإنهن يحببن منكم مثل ما تحبون منهن».

ولك في رسول الله ﷺ أسوة فقد كان جيلا في خلقته، ومع ذلك كان يكتحل ويدهن شعره ويرجله بالمشط ويفرقه .

عن ابن عباس رضي الله عنهما قال: «كان رسول الله ﷺ يكتحل في كل عين ثلاثاً»^(١).

وعنه أيضاً «كان يفرق شعر رأسه»، وعن أنس رضي الله عنه قال: «كان النبي ﷺ يدهن الشعر ويرجله» وعنه «كان يكثر دهن رأسه وتسريح لحيته»^(٢).

(١) رواه الترمذي: (كتاب: اللباس) باب: ما جاء في الاكتحال رقم (١٦٧٩). وابن ماجه: (كتاب:

الطب) باب: (من اكتحل وتراً)، رقم (٣٤٩٠).

(٢) رواه الترمذي في الشمائل المحمدية، باب: (ما جاء في ترحل رسول الله ﷺ)، رقم (٣٣).



وعن أبي أيوب رضي الله عنه قال: «كان رسول الله ﷺ يستاك بالليل مراراً»^(١) وهو تطهير الفم والأسنان بعود أو فرشاة.

وعن عائشة رضي الله عنها: «كان ﷺ لا يفارق مصلاه سواكه ومشطه»^(٢).

وعن جابر رضي الله عنه قال: «دخل على النبي ﷺ رجل نائر الرأس، أشعث اللحية، فقال أما كان لهذا دهن يسكن به شعره»^(٣).

وعن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي ﷺ: «من كان له شعر فليكرمه» وعن عائشة رضي الله عنها عن النبي ﷺ قال: «إن الله يحب من عبده أن يتجمل لإخوانه إذا خرج إليهم»^(٤).

وهكذا دخلنا باباً من أبواب الخير الذي جاء به رسولنا ﷺ وهو باب عجيب قد يغفله كثير من الرجال... فقد يهتم الرجل بشكله وزينته وهندامه خارج البيت ويغفل عن ذلك كله داخله.

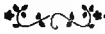
(١) رواه ابن حجر العسقلاني في (المطالب العالية)، كتاب: (الطهارة)، باب: (السواك) رقم (٦٤).

(٢) رواه الطبراني في الأوسط، باب: من اسمه محمد، رقم (٦٥٤٩).

(٣) رواه أبو داود (كتاب: اللباس)، باب: (في غسل الثوب وفي الخلقان رقم (٣٥٤٠)، والنسائي:

(كتاب: الزينة)، (باب: تسكين الشعر)، رقم (٥١٤١).

(٤) أخرجه العراقي في تحريج أحاديث الإحياء رقم (٣٣٧٨)، وقال: رواه ابن عدي في الكامل.



رغبات خفية..

في لقاء مع زوجين حكى لي حوارهم التالي حيث.. احتدم الحوار بينهما حتى وصل إلى قمته.

وانفعل الزوج الذي أقلقه بشدة إهمال زوجته لنفسها فقال:

أهذا شكل زوجة يسر زوجها إذا نظر إليها ؟

أجابت: وما لا يعجبك في ؟

فرد: ألا ترين شعرك في المرأة و...

قاطعته الزوجة في برود وهي تبعثر شعرها....

ما به شعري ؟

اشتد الغيظ بزوجها وقال:

ألا تسرحينه؟ ألا ترين كيف يبدو؟

ارتفع صوت الزوجة وهي تقول:

وهل تركت طلباتك وطلبات أولادك وقتاً أهتم فيه بنفسي؟

وهنا انفعل زوجها أكثر وقال:

أنا لي حق عليك ومن حقي أن تهتمي بمظهرك.

وهنا تحجرت دمعان في عيني زوجته ونظرت إليه نظرة ذات معنى

وقالت:

ولماذا تطلب مني أن أتجمل لك، وتسى أن تتجمل لي أنت أيضاً؟



عقدت الدهشة في لسان الزوج ثم قال: أنا

قالت الزوجة: أجل أنت.

تلعثم الزوج وقال متردداً:

الرجل جماله في رجولته .

وهنا ابتسمت الزوجة في مرارة وقالت: وهل تذهب رجولتك إذا قصصت

أظافرك، وسرحت شعرك ووضعت بعض الرائحة الطيبة بين ثايا جسدك .

عقدت الصدمة لسان الزوج فلم ينطق وانطلقت زوجته تعدد له ما

كان يعتمل في نفسها منذ زمن، ثم أشاحت بيدها وهي تتصرف من أمامه وتقول:

أظن أن الرجل الحق هو من يعطي بقدر ما يحب أن يأخذ.

لذكرن هذه القصة بعد أن سمعت تفاصيل الحوار السابق من

الزوجين...

أتت امرأة إلى عمر بن الخطاب رضي الله عنه بزواج لها أشعث أغبر،

فقالت: يا أمير المؤمنين، لا أنا ولا هذا، خلصني منه . فنظر عمر فعرف ما

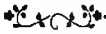
كرهت فيه، فأشار إلى رجل فقال: اذهب به فحممه، وقلم أظفاره، وخذ

من شعره، وائتني به . فذهب ففعل ذلك . ثم أتاه فأوماً له عمر أن خذ

بيدها، وهي لا تعرفه، فقالت: يا عبد الله، سبحان الله ! أبين يدي أمير

المؤمنين تفعل هذا ؟ فلما عرفته ذهبت به، فقال عمر: هكذا فاصنعوا لهن،

إنهن ليحببن أن تترينوا لهن كما تحبون أن يتزين لكم ..!



ثم انهيت لقائي معهما بقصة اخرى فقلت...

سمع - عمر رضي الله عنه - امرأة في الطواف تقول:

فمنهن من تسقى بماء مبرد نقاح فتلكم عند ذلك قرت
ومنهن من تسقى بأخضر آجن أجاج ولولا خشية الله فرئت(*)

ففهم أنها تشكو رائحة فم زوجها، فبعث إليه، فوجده متغير الفم، فخيره بين خمسمائة من الدراهم وطلاقها، فاختار الدراهم وطلقها .

ضحك الزوج وهو ينظر بحب إلى امرأته وقال: إذا كان الموضوع غسيل فم فهي تعلم أنني أهتم بنظافة أسناني لكن يبدو أنها تريدني أن أرتدي لها ملابس خاصة كما ترتدي هي لي.

أخفضت الزوجة رأسها حياءً وقالت بهمس: ولما لا .

برقت عينا الزوج وهو يحملق في امرأته ثم انفجروا ضاحكاً: فقد فهم الكثير... اظنه سيفعل الكثير فقد ذهبوا ولم يعودا.


(*) الماء النقاح: هو الماء الجيد الرائحة والطعم فلم يغيره شيء. والأجن: هو العفن. والخضار: دلالة على طول مكثه حتى تكونت الطحالب الخضراء فيه. والأجاج: هو المالح.



تصرفاتك تتحدث



ابها الزوج الفاضل:

 هل تعلم أنك تتحدث وأنت صامت؟ هل تعلم أن زوجتك تنظر إلى تصرفاتك كأنها لسان يتكلم؟ وأنها لديها القدرة على ترجمة تلك التصرفات إلى عبارات بعضها حاملة ناعمة كأوراق الورد ونسيم العطر وبعضها قارسة مؤلة كأشواك الصبار وكبرودة الثلج...

نعال... نلجول في قاموس تصرفات الأزواج لننعرّف على معانيها عند الزوجات.

١ - عندما تضع زوجتك لك الطعام فتنهد وأنت تقول (الله يرحمك يا أمي).

٢ - عندما تعلم أنك لا تستأثر بشيء من الطعام خارج البيت.

٣ - عندما تجعل نفقتك على أهلك تتناسب مع دخلك، وتطلع زوجتك غالباً على أحوالك المالية.

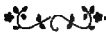
٤ - عندما تصحب زوجتك في نزهة خارج البيت وتسير معها على الأقدام وأنت ممسك بيدها أثناء سيركما.



- ٥- عندما تتدخل في كل صغيرة وكبيرة، ولأن لزوجتك مجالاً تشعر فيه أن لها دورها وشخصيتها وحريتها وتكثر الاعتراض على آرائها ورغباتها وطلباتها، وتكثر مساءلتها من أين وإلى أين.
- ٦- عندما تقول تصرفاتك دائماً أنها دونك سواء من الناحية الاجتماعية أو الثقافية أو التعليمية.
- ٧- عندما تتغافل عن الأحداث التي قد توقعها في حرج ولا تتبع ما يرهق شعورها، وترفع عن سفاسف الأمور .
- ٨- عندما لا تكثر من معاناة زوجتك.
- ٩- عندما تعاتبها أمام الغير وخاصة الأهل أو الأولاد.
- ١٠- عندما لا تعاتب زوجتك عما تعتذر عنه وتقبل عذرها مهما كان الخطأ.
- ١١- عندما تغار الغيرة المعتدلة التي تحبها زوجتك منك والتي تدل على اهتمامك بها وحبك لها.
- ١٢- عندما تكثر من الأسباب التي تجعلها تسيئ الظن بك مثل إبداء الإعجاب بالآخرى والتغيب عن المنزل على غير المعتاد، أو الارتباط بعلاقات عمل أو غيره مع الجنس الآخر.
- ١٣- عندما تكن لها الفارس النبيل الذي يحقق الآمال ولا يخيب الرجاء.



- ١٤- عندما تجربها بكل مشاعرك الجميلة نحوها وتأخذ يدها بحنان المحب وتقبل يدها رحمة ورغبة ومحبة.
- ١٥- عندما تتكلف التبسم حتى تعتاد ذلك عند كل دخول.
- ١٦- عندما تحرص أن تكون مهتمًا في هيتك في الملابس والمظهر أمامها كما تهتم أمام الناس.
- ١٧- عندما تحرص أن تكون لك جلسة مع الزوجة والأولاد يشعرون فيها بوجودك معهم.
- ١٨- عندما تشارك برضا نفس مع زوجتك، ولو بقليل من العمل المنزلي.
- ١٩- عندما تبدي لها رغبتك الدائمة فيها في كل الظروف وخاصة وقت حيضها.
- ٢٠- عندما تذكر محاسن امرأة معينة أمامها وتفيض في ذلك.
- ٢١- عندما تكثر من ذكر موضوع الزواج بأخرى مازحًا.
- ٢٢- عندما تتحدث أمام زوجتك عن موضوعات أو مشاكل لزميلات لك في العمل وتبدي الاهتمام الشديد بها .
- ٢٣- عندما يتقدم بكما السن فتعلم أن المرأة لا تحب أن يقال لها أنها عجوز، فتعطها الإحساس بأنها ما زالت في شبابها، وأنها تبدو أصغر من عمرها الحقيقي.



٢٤- عندما تراعي الأمور التي تتصل بأهلها وتحرص على إكرامهم في بيتك وأشعارهم أن البيت بيتهم فتجالسهم وترحب بهم.

٢٥- في المناسبات الطيبة تحرص على دعوة أهل زوجتك قبل دعوة أهلك.

٢٦- عندما تمرض زوجتك فتقوم على خدمتها وخدمة الأولاد، وتمسح بيدك الحانية أوجاعها، ولا تكلفها بأي عمل، وتوفر لها سبل الراحة والهدوء .

٢٧- عندما تصحبها في رحلة إيمانية إلى درس علم أو قيام ليل أو عمل خيري.

٢٨- عندما تضع العراقيل أمام تقدمها العلمي وتفوقها في مجال تخصصها.

٢٩- عندما أتلمس مواضع سعادتها وتتعرف على ما يحقق لها النشوة فتحققه لها وتهتم بذلك.

٣٠- عندما تقول لها.. وأنت تملأ عينيك منها.. أحبك.





نظرات عينية



قالت الزوجة في حيرة:

هل قتلت له قتيلا؟ لا أدري لماذا كل تعابيره وكلامه في البيت هي تلك النظرات السامة التي يطلقها نحوي؟

لماذا سكنت زوجي؟

أقول لكل زوج يطفئ أضرار لسانه في بيته لقد انتصرت أيها الزوج الشجاع... وتعالى لتحصر غنائمك.

١- أصاب زوجك إحباط على جميع المستويات وأصبحتي تري أنه لا فائدة في الحياة معه.

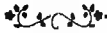
٢- أصيبت زوجتك بعصبية زائدة فأني كلمة ستفجر عصبيتها.

٣- أصبحت الزوجة تنظر إلى كل سلوكياتك نظرة عدائية وتترجمها إلى كره وبغض لها.

٤- أصيب البيت كله بالحيرة والتوقف واقترب من الانهيار.

تقول: كل هذا لأنني ساكت في البيت؟... كل هذا لأنني أخلد للسكوت...؟

ألا تسألني لماذا سكنت قبل أن تجاري زوجتي في موقفها من سكوتي؟



قلت له: قبل أن أستمع إليك مهما كان السبب فإن النتائج السابقة هي المنتظرة مما يسميه البعض: **الكدر الزوجي**.

نظر إلي بأسف وقال: استمع الأول إلى أسبابي فقد تغير رأيك.
لقد استخدمت كل وسائل التعبير عن عدم رضائي على بعض تصرفات زوجتي فلم تفلح فأعلنت الخرس في البيت كرسالة تحذير..
ابتسم الرجل ثم قال..

لقد كانت هذه هي البداية وكلام في شرك لقد وجدت أنها أكثر الوسائل فاعلية لإغاظة زوجتي ورد الصاع صاعين لها !!

نظرت إلى الزوج المسكين الجالس أمامي ورجعت بذاكرتي إلى كثير من المشكلات التي يسببها أبو الهول عندما يسكن البيت واستعرضت أسباب ذلك فوجدت..

١ - أن هناك أسباب كثيرة غير تعتمد الزوج فعل الخرس - مثل هذا الزوج - المنتقم بالسكوت فقد يكون الزوج صامت بطبعه..

٢ - أو يرى أن الكلام والتعبير عن مشاعره لزوجته قد ينقص من رجولته واحترامه وقدره في البيت.

٣ - أن يكون امتناعه عن التعبير عن مشاعره لزوجته نوع من الخجل الذي يصيب بعض الرجال..

٤ - أن يظن أن زوجته قد تتهمه بالجرأة أو البجاجة أو المراهقة إذا عبر لها عن مشاعره واستطرد في الحديث معها..



٥- أن يكون في سن يرى أن تعبيرة عن مشاعره وحديثه مع زوجته نوع من الارتداد للمرافقة.. ويكون شعاره (إحنا كبيرنا)..

٦- قد يكون مبرره.. «إن زوجتي تعلم أنني أحبها فلماذا أقول لها باستمرار ذلك»..

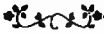
٧- أن يرى أن عمله وعدم تقصيره في بيته من الناحية المادية خير معبر عن المشاعر والعواطف فلا داعي للحديث مع زوجته حولها أو حول أي شيء آخر..

رجعت إلى الزوج الجالس أمامي مبتسماً فخوراً بانتصاره وقلت له:
أعود فأقول لك.. أيًا كانت أسبابك فإن انتصارك هو نصر ذائف..
سترى نتيجته بعد حين..

نظر إليّ الزوج وقد غامت سماء ابتسامته وقال لي بندم..
الحقيقة لقد جئت إليك بسبب ذلك..

إن الفتور أصاب حياتنا وأصبحت زوجتي تنفعل لأتفه الأسباب
وأصبحت أنا أميل أكثر إلى الخرس عموماً بعد أن كان خرس عن التعبير
عن مشاعر الحب لها فقط.. وأشعر الآن أنني أنحدر إلى نتيجة مؤلمة..
هنا وجدت عند الزوج الفاضل الرغبة في الإصلاح فسألته..
ولما لا تعود إلى التعبير عن حبك لزوجتك وتصل ما انقطع من
الحوار..

قال: لا أدري يا دكتور فيبدو وأني تعودت على ذلك أو أجد في
نفسي تعالي عن العودة لذلك..



قلت له: وليكن موافقتي على احتمال وجود هذا ولكن تعالى نحاول..

أولاً: معرفتك بسبب إعتراضك عن التعبير لزوجتك عن حبك هو بداية الطريق.

ثانياً: أن تعلم أن النبي ﷺ كان أفضل من يعبر عن هذا الحب للدرجة أنه كان يعلنه وسط الصحابة.. فحين سأله أحدهم من أحب الناس إليك فيقول: «عائشة»، فيرد الصحابة ليس عن هذا نسألك فيقول ﷺ: «أبوها أبو بكر».

ثالثاً: أن رسول الله ﷺ أمر بأن نخبر من نحبه أننا نحبه.. فقد جاءه رجل فقال يا رسول الله أني أحب فلان فقال له: هل أخبرته؟ فقال: لا، فقال: اذهب فأخبره.

رابعاً: أن نتيجة إخبارك لها بحبك ستؤدي بالتالي إلى ردها عليك بنفس المشاعر..

فقد ذهب الرجل وفعل ما أمره الرسول ﷺ فقال الرجل: أني أحبك في الله فقال له الرجل: أحبك الله الذي أحببتي لأجله..

فأي سلوك يدل على الاهتمام هو دافع للملأ القلب بالحب(*)..

وتدبر ما حكاه كعب بن مالك ؓ؛ عن قصة محته، وكيف حفظ الجميل والتقدير، لطلحة بن عبيد الله ؓ؛ عندما قام ليهنئه بتوبة الله تعالى

* راجع قصة الثلاثة الذين خلفوا في سورة التوبة الآيات (١١٧-١١٩) وتفسيرها.



عليه، ولم يقم غيره ؛ فتدبر هذا الموقف، الذي قصه علينا كعب بن مالك ؓ أثناء محنته:

«فقام طلحة بن عبيد الله ؓ يهرول حتى صافحني وهنأني، والله ما قام رجل من المهاجرين غيره، فكان كعب لا ينساها لطلحة»^(١).

خامساً: أن إخبارك لزوجتك بحبك لها هو نوع من الوفاء لها وتقدير لجهدا في بيتك.. فهي حارس على بيتك وأمانة على أولادك ومواسية لك في شوقك ومبعث نشوتك وتفريغ شهوتك وأنس خواطرك.. كل هذا طبيعياً تفعله هي دون أن تقصد بل وإن كان بينكما خلاف فإن هذه الأمور تؤديها الزوجة طبيعياً ولا تملك القدرة على منعها طوال ما هي في بيتك..

أضف إلى ذلك ما تفعله من أمور إذا كانت راضية لإقبالك عليها من المواساة بالمال والمشورة الناجحة والمساعدة في كثير من الأعمال ونجد حبيبك ﷺ يذكر خديجة دائماً ويقول: «قد آمنت بي إذ كفر بي الناس، وصدقني إذ كذبي الناس، وواستني بما لها، إذ حرمني الناس، ورزقني الله عز وجل) ولدها، إذ حرمني أولاد النساء»^(٢).

وأخيراً: ابدأ في إعداد مجموعة من الوسائل تعينك على الخروج من هذا الخرس العاطفي..

(١) متفق عليه.

(٢) رواه أحمد في مسنده، باقي مسند الأنصار (٥٠/٣٧٥)، رقم (٢٣٧١٩).



وتعالى نعدد معاً بعضها..

- ١- المكالمات الهاتفية المنظمة أو غير المتوقعة.
- ٢- تخصيص رنة رفيقة للمحمول لها وتخبرها بها.
- ٣- تخصيص ما يسمى call tone وهي وسيلة لغير ما تسمعه عندما تطلبك فبدل أن تسمع الرنة المعتادة.. تسمع مقطع من أغنية معبرة أو رنة خاصة بها.
- ٤- منادتها باسم خاص بها (الدلع) أو ما يسمى ترخيم الاسم.
- ٥- الهدية البسيطة ؛ ولو وردة .
- ٦- اصطحابها في نزهة خاصة أو جلسة خاصة.
- ٧- تصفحاً معاً بعض الصور في ألبوم أيامكما الحبيبة الأولى.
- ٨- جددا الذكريات؛ وذلك بأن تزورا معاً نفس أماكن لحظاتكما السعيدة الأولى.
- ٩- حديث الذكريات ومن خلاله تذكرا معا أوائل حياتكما.

أول غرفة اخترتها.

أول رسالة حب كانت بينكما.

أول مكالمة تمت بينكما.

أول قبلة

أول زيارة قمت بها لبيتها .

أول سلام ومصافحة بينكما .

أول هدية استلمتها منها .



وتذكر صديقي الزوج..

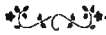
- أنك لا بد أن تبني جسوراً مشتركة بينك وبين زوجتك.
- أن السكن الذي وعد الله به في الآية يبدأ بأن تسكن إليها.
- أن بداية السكن أن تعلم أن زوجتك مثلك تماماً ولها مثل ما لك من حقوق.
- أن تجرد سلوكياتك لتدرك هل أنت زوج الأحلام أم كابوس.
- تلمس رأي زوجتك فيك وتأكد من شكواها منك.
- أن تتخلص من الكراكيب النفسية في حياتك الزوجية حتى ترى الحياة أفضل.
- تذكر أن من الكراكيب:
 - ١- عدم إشراكها في حياتك ومشاورتها في أمورك.
 - ٢- عاصفة غضبك الذي تصيبك بالفزع المستمر.
 - ٣- تعاملك معها كأستاذ معلم لطالب غبي.
 - ٤- كفرانك العشير فلا تشكر على شيء تقدمه لك.
 - ٥- فهمك السقيم لمعنى الرجولة وعدم مشاركتك بأي مساعدة في البيت.
 - ٦- رفع شعار أنا مشغول دائماً.
- واعلم أن الزوجة تفزع من الزوج البخيل والمحطم لطموحها وغير المقدّر لتعبها في البيت.
- وأهمس في أذنك تزين لها... واجعل للحظات الحميمة ملابس خاصة.
- واحذر من حديث تصرفاتك فزوجتك تترجم دائماً ما تفعل.
- وإياك والخرس الزوجي الذي يبدأ بتوقف التعبير عن المشاعر ويستمر حتى يصبح الصمت المؤذن بالعاصفة.
- وتذكر أوائل حياتكما وحديث الذكريات.



الفصل الثاني

أنت تحبها





مودة أم رحمة أم ؟ أم ؟ !

عزيزي كل زوج ما رأيك في العبارات التالية في الحياة الزوجية ؟

| العبارات | أوافق | إلى حد ما | لا أوافق |
|---|-------|-----------|----------|
| ١- الكلمة الطيبة صدقة نعم، ولكن ليست في كل الأحوال | | | |
| ٢- إن بعض الظن إثم وبعضه ليس إثماً | | | |
| ٣- لم تترك ظروف الحياة للزوج وقتاً أن يعاون زوجته في المنزل . | | | |
| ٤- أستمع إلى زوجتي، فهذا واجب ولكن أمل قصصها الطويلة . | | | |
| ٥- وجدت الحل لعلاج المشكلات، التهديد بالطلاق أو الزواج بأخرى . | | | |
| ٦- ما معنى أن أكون قواماً إلا أن يكون رأيي فقط هو المنفذ في البيت . | | | |
| ٧- الانضباط يعني الوقوف عند كل صغيرة وكبيرة . | | | |
| ٨- كلما كان الرجل كريماً مع زوجته كلما تمردت عليه | | | |



| العبارات | أوافق | إلى حد ما | لا أوافق |
|---|-------|-----------|----------|
| ٩- لا يجب أن تعلم زوجتي كل شيء عني، فيكفيها أن أقضي لها ما تريد . | | | |
| ١٠- أنا صاحب الدرجة فلا بد أن يكون الجميع في خدمتي | | | |
| المجموع: | | | |

أعط نفسك:

١٠ درجات للإجابة (لا أوافق) .

٥ درجات للإجابة (إلى حد ما) .

صفر للإجابة (أوافق)

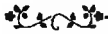
| | |
|---------|--|
| المجموع | |
|---------|--|

عزيزي الزوج بعد الانتهاء من هذا الاستبيان تعالى لتعرف على أسلوبك في التعامل مع الزوجة .

من ٧٥ إلى ١٠٠ ----- أسلوبك هو المودة والرحمة وأنت زوج محب .

من ٥٠ إلى ٧٥ ----- أسلوبك هو الرحمة فقط أنت زوج ذوق.

أقل من ٥٠ ----- أسلوبك!؟



هل أنت زوج.....!

١- هل من عادتك أن:

أ- تقول لزوجتك أحياناً أنك تحبها؟

ب- تظهر عاطفتك بين آن وآخر؟

ج- تنتظر منها أن تفترض أنك ما تزال تحبها.

٢- عندما تعود إلى البيت بعد عملك وتجعد زوجتك مرهقة هل:

أ- تنهالك على مقعد وثير وتظهر بمظهر المنهوك القوى؟

ب- تتذمر من أنها ما تزال منهكة في العمل؟

ج- تمد إليها يد المساعدة في شئون المنزل؟

٣- إذا تدخلت والدتك في شئون بيتك هل:

أ- تتولى الدفاع عن والدتك؟

ب- تنحاز إلى جانب زوجتك؟

ج- تحفف من وطأة الأمر على زوجتك؟

٤- هل ..

أ- تجامل زوجتك من أجل مظهرها، أو طهيها؟

ب- لا تلاحظ إلا عيوبها ؟

ج- تدعها تعتقد أنك راض إذا لم تتلمر من شيء ؟



٥- إذا بكى طفلك في الليل هل:

أ- تتظاهر بأنك مستغرق في النوم لكي تنهض زوجتك من فراشها دائماً للعناية به ؟

ب- تبذل جهدك للعناية بالطفل ؟

ج- تقول لزوجتك أن ذلك عمل من أعمال النساء ؟

٦- إذا رغبت في قضاء يوم معها خارج المنزل هل:

أ- تدع زوجتك تختار المكان الذي تود الذهاب إليه؟

ب- تعود إلى البيت حاملاً بطاقات الذهاب إلى المكان ؟

ج- هذه فكرة غير واردة ... وأعملها مضطراً .

٧- هل تذكر عيد ميلادها أو تاريخ الزواج .. أو تقدم إليها باقات زهور

دون ما سبب خاص؟

أ- نعم .

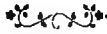
ب- لا .

ج- أحياناً .

٨- عندما تجدها مكتئبة هل:

أ- تقول لها: إنك تتقدمين في السن ؟

ب- تؤكد لها أنها ما تزال جميلة في نظرك ؟



ج- تحاول أن تشجعها بمثل هذه العبارة مثلاً: «الجمال الحقيقي هو جمال الأخلاق» ؟

٩- هل تنتظر من زوجتك أن:

أ- تعني بشئون المنزل دون سواها ؟

ب- هل تشجعها على مصادقة الآخرين والاهتمام ببعض النشاط خارج المنزل ؟

ج- تنتظر منها أن تقضي كل أوقات فراغها وراحتها بقربك ؟

تسجيل الدرجات

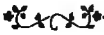
| السؤال | أ | ب | ج |
|--------|---|---|---|
| ١ | ٣ | ٠ | ٠ |
| ٢ | ٠ | ٠ | ٣ |
| ٣ | ٠ | ٣ | ١ |
| ٤ | ٣ | ٠ | ٠ |
| ٥ | ٠ | ٢ | ٠ |
| ٦ | ٠ | ٣ | ٠ |
| ٧ | ٣ | ٠ | ٢ |
| ٨ | ٠ | ٣ | ٠ |
| ٩ | ٠ | ٣ | ١ |



النتيجة...

إذا سجلت ٢١ نقطة أو أكثر فأنت زوج عظيم ورائع .
وإذا سجلت من ١٥ إلى ٢٠ نقطة فإنك تجتاز الامتحان
بصفتك زوجاً عادياً.
وإذا كانت النتيجة دون ١٥ نقطة فأني أدهش كيف تستطيع
زوجتك أن تتحملك !



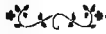


في بيتها رجل

| | | | |
|-------------|---------|-----------------|--|
| أحياناً | أكيد | أحاول جاهداً | ١- هل تمثل القدوة في بيتك |
| أحياناً | لا | نعم | ٢- هل تشعر بالحب بين أولادك بعضهم البعض |
| لا أتذكر | لا | نعم | ٣- هل هاديت زوجتك بهدية منذ سنة؟ |
| لا | أحياناً | نعم | ٤- هل تشعر أنك راض عن زوجتك؟ |
| نادرًا | أحياناً | دائمًا | ٥- هل تشاور زوجتك؟ |
| أحياناً | لا | نعم | ٦- هل تحدث بعض المشكلات في بيتك؟ |
| لا | أحياناً | دائمًا | ٧- هل أسلوب معالجتك لهذه المشكلات الهروب؟ |
| لا | نعم | أحياناً | ٨- هل تقوم باحتياجات بيتك المختلفة؟ |



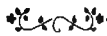
| | | | |
|--|----------|----------|---------|
| ٩- هل قمت بفسحة أنت وأسرتك منذ ستة أشهر مثلاً؟ | نعم | لا | إطلاقاً |
| ١٠- هل تقوم بزيارة أهل زوجتك؟ | أسبوعياً | شبه يومي | أحياناً |
| ١١- هل قمت بدعوة أهل زوجتك على عزيمة مثلاً؟ | شهرياً | اسبوعياً | سنوياً |
| ١٢- ما هو متوسط الوقت الذي تقضيه بالمنزل يومياً؟ | ٦ ساعات | ٢ ساعات | ساعة |
| ١٣- هل لك ورد قرآني يومي مع أسرتك؟ | نعم | أحياناً | لا |
| ١٤- هل تتابع أولادك في الصلاة؟ | أحياناً | نعم | لا |
| ١٥- ما هي علاقة زوجتك بجيرانك؟ | جيدة | متوسطة | ممتازة |
| ١٦- ما طبيعة علاقتك بجيرانك؟ | جيدة | متوسطة | ممتازة |
| ١٧- هل تقوم بزيارة جيرانك؟ | نعم | لا | أحياناً |



| | | | |
|---|-----|-------|---------|
| ١٨ - هل يوجد قنوات فضائية في بيتك ؟ | نعم | لا | مشفرة |
| ١٩ - هل تتابع زوجتك البرامج الترفيهية والمسلسلات ؟ | نعم | لا | أحياناً |
| ٢١ - هل تعيش زوجتك الواقع الذي أنت فيه ؟ | نعم | لا | بنسبة |
| ٢٢ - هل يشعر الأولاد والزوجة بالسعادة عند قدومك للمنزل | نعم | لا | أحياناً |
| ٢٣ - هل أنت جاد في المنزل ؟ | نعم | لا | بنسبة |
| ٢٤ - هل أنت حريص على إسعاد زوجتك | نعم | أحاول | لا |
| ٢٥ - هل تبتسم في وجه زوجتك عند دخولك المنزل ؟ | نعم | لا | أحياناً |
| ٢٦ - هل تحب أن تتجاذب مع زوجتك الحديث في الموضوعات المختلفة ؟ | نعم | لا | أحياناً |



| | | | | |
|-----|---|--------------------|-------------------|------------|
| ٢٧- | هل تحب زوجتك أهلك | بنسبة قليلة | جيدة | ممتازة |
| ٢٨- | هل تضع ميزانية مصاريف المنزل ؟ | نعم | لا | أحياناً |
| ٢٩- | هل تدخر ولو القليل من دخلك ؟ | نعم | لا | أحياناً |
| ٣٠- | هل لديك طموحات مستقبلية في: | زيادة الدخل | الثقافة والدارسة | عمل الخير |
| ٣١- | في حالة وجود مشكلة بينك وبين أهل زوجتك أو العكس ماذا تفعل ؟ | أذكرهم بشر | أتجاهلها | حسب الظروف |
| ٣٢- | هل تبادر بالصلح ؟ | أنتظر حضورهم للصلح | أتفاوض عن الصفائر | لا |
| ٣٣- | هل أنت موضع مشورة لأهل زوجتك ؟ | نعم | لا | أحياناً |
| ٣٤- | هل تنظم زوجتك في الحضور مع صديقاتها في الخير ؟ | نعم | لا | أحياناً |



| | | | |
|---------------------------------|--------------------------|---------------|--|
| التنبيه بعدم تكرار ذلك | الضيق مع عدم المنع | السعادة | ٣٥- ما شعورك عند تأخر زوجتك مع صديقاتها في الخير؟ |
| أحياناً | لا | نعم | ٣٦- هل تقوم بزيارة أصدقائك في البيت؟ |
| أحياناً | لا | نعم | ٣٧- هل توجد علاقة وطيدة بين زوجتك وزوجات أصدقائك؟ |
| ممتازة | متوسط ة | جيدة | ٣٧- ما مستوى العلاقة بين أولادك وأولاد أصدقائك؟ |
| أكثر | جزء | قصار السور | ٣٨- كم تحفظ زوجتك من القرآن الكريم |
| أتجاهل | أحفزها | أراجع معا | ٣٩- وما هو دورك في هذا؟ |
| أحياناً | لا | نعم | ٤٠- هل تقوم بإيقاظ زوجتك في الفجر؟ |



ماذا تفعل لو؟

اكتب هنا رد فعلك دون تفكير:

(١) أحضرت لزوجتك هدية في عيد زواجكما فشعرت بضيقها
وأنها لا تعجبها ؟

..... -

(٢) نشب خلاف بين زوجتك وأمك نتيجة تدخل والدتك في
أعمال زوجتك المنزلية ؟

..... -

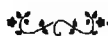
(٣) شعرت بأن طريقة زوجتك في إعداد الطعام لا تعجبك،
وأثارت انتقاد أحد أصدقائك ؟

..... -

(٤) في طريق عودتك للمنزل وقبل الدخول تذكرت أن ذلك اليوم
هو يوم تنظيف المنزل والبيت غير مستعد لاستقبال ضيوف وقد
دعوت أصدقاءك على العشاء .

..... -

(٥) اعترضت زوجتك بشدة على قرار قد اتخذته واحتدت في
النقاش حتى خرجت من فمها لفظة جارحة .



عزيزي كل زوج الآن أعد التفكير في المواقف السابقة بهدوء
وانظر إلى رد فعلك بلا تفكير وتلمس عواقبه، الآن اكتب رد
فعلك بعد التفكير قارن، وأنت الحكم.





قواعد أولي الألباب

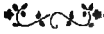


عزيزي كل زوج ..

قد يملك النصح والكلام الكثير، ولكن الأمر مهم فهي حياتك ولذلك جمعت لك هنا بعض توقيعاتي التي أرى رغم اختصارها أنها مفيدة كشعارات سريعة للوصول إلى السعادة .

اقرأ وتدبر، ولكن الشرط الأساسي أن تكون من أولي الألباب واللييب بالإشارة يفهم .

- الفيرة الخطأ، هي قبر الزوجية المفتوح .
والنقد اللاذع المستمر سم قاتل .
والشكوى المستمرة، أهم وسائل الشيطان لهدم الحب .
خلاصة الفيرة والنقد والشكوى هي النكد والنكد قد يكون حفرة صغيرة .
فاحذر أن تحفر قبر زواجكما عن طريق سلسلة من الحفر الصغيرة.



قاعدة ١: (لا تخلق نكدًا)

• يجوز أن تنسى ماذا كانت ترتدي زوجتك في سهرة الأسبوع الماضي، ولكن إياك أن تنسى أن تقول لها، لقد كنت رائعة على أي حال .

• جلست الجدة العجوز ذات الثمانين عامًا بين أحفادها وهم يعرضون عليها صورًا لها منذ أربعين عامًا، لم تستطع عيناها الضعيفتان أن ترى الصور بوضوح ولكنها سألت عن إحدى الصور باهتمام:

- ما الذي كنت ارتديه ذلك اليوم ؟

- هل كان جميلًا ومناسبًا ؟

وتذكر أن...

المرأة تحب أن تمدح شكلها، ملابسها، عطرها فهي ليست مثلك تحب أن ترى نجاحاتك وعملك في عيون الآخرين بغض النظر عن الشكل. لماذا لا تظهر تقديرك لزوجتك ؟!

اجعلها تعلم أنك تقول لكل من حولك إن زوجتي سبب نجاحي في الحياة .

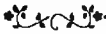


قالت زوجة لصديقتها: من رقة زوجي معي واحترامه وتقديره لي
وثنائه المستمر علي أظن أحياناً أنني ملاك حقيقي ولست من البشر .

يقول أحد أطولوك: (أنا مستعد للتخلي عن ملكي إرضاء لزوجتي
التي تنتظرنني يومياً على العشاء بلهفة شديدة، ولا تأكل حتى أكل) .
ألا تفعل زوجتك هذا دائماً وأنت لست ملكاً ولا وزيراً؟!
أيها الزوج اللبق إليك قاعدة ثانية

قاعدة (٢) (امنح الثناء والتقدير المخلص)

- النجاح في الزواج ليس فقط إيجاد الرفيق الملائم بل أن تكون
أنت أيضاً رفيقاً ملائماً .
- من أجل التعايش مع الآخرين لا تتدخل في طريقتهم للحصول
على السعادة، شجعهم عليها، ونمها لهم .
- لماذا تنتظر دخول زوجتك المستشفى لتقدم لها باقة من الزهر؟! إنه
لن يكلفك الكثير ولكن ستجني منه الكثير .
- هل تظن أنك يجب أن تخبر زوجتك بشيء مهم عندما تتصل بها
يوميًا من مقر عملك، فقط هي رسالة تجعلها في انتظارك طوال
اليوم .



إياك أن ترفع سماعة التليفون لتطلب منها طلباً ثم تغلق مباشرة، أقول لك إن سكرتيرك الخاص الذي تعامله بهذه الطريقة يتمنى أن يجد عملاً عند غيرك، ولا يربطه بك إلا لقمة العيش .
لا تتذكر أي مناسبة فلم يؤثر ذلك في مجرى حياتك ولكن إياك أن تنسى مناسبتين، يوم مولدها ويوم زواجكما فهما قد يغيرا كل حياتك .

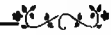
نعم عزيزي الزوج هي أشياء قد تراها بسيطة ولكن كثيراً ما سمعت أزواج آسفون بعد أن فشلوا في إقناع زوجاتهم بعدم الاستمرار في إجراءات الطلاق يقولون: أشياء بسيطة جداً تمنع كوارث عظيمة وهذه قاعدة أخرى .

قاعدة (٢) (اهتم بالأشياء حتى البسيطة)

عشرات الاستطلاعات أجريتها أثناء عملي في مجال الإرشاد الزوجي حول أسباب فشل الزواج وعشرات الأسباب تراصت في مفكرتي، ولكن لم يخلو استطلاع من سبب أساسي وهو:

عدم التوافق الجنسي

أقول لك أيها الزوج، لا تترك أهم أسباب السعادة للصدفة والسلوك الفطري، ولا أغشك إذا طالبتك بالاهتمام بهذا الأمر وأنت تشكو لي



دائمًا أن الطرف الآخر ضعيف الاستجابة أو لا يهتم ولكن فقط أحذرك
إذا استمرت شكواك فسوف ترحل سعادتكما، اقرأ كتابًا حول العلاقات
الزوجية وخاصة ما يخص المرأة وما تهتم به وما يسعدها وما ترجوه من
زوجها في هذا المجال.

اسألها عما يرضيها، حاورها حول الموضوع، افتح بعض الستائر
الكثيفة من الحياء المحمود أو الخجل الممقوت، فقط أذكرك
بقاعدة أخيرة .

قاعدة (٤) اعمل على إحياء التوافق الجنسي بينكما

هي أربعة قواعد :

- ١- لا تخلق نكداً .
- ٢- امنح الثناء والتقدير المخلص .
- ٣- اهتم بالأشياء حتى البسيطة .
- ٤- اعمل على إحياء التوافق الجنسي بينكما



الفصل الثالث

أوفوا بالعقود





الميثاق الغليظ

عندما عرف فقهاؤنا الزواج قالوا:

عقد يفيد حل استمتاع كل من العاقلين بالآخر على الوجه المشروع.
فالمقصد الأساسي لعقد الزواج هو أن يكون استمتاع كل من
الزوجين بالآخر حلالاً بعد أن كان حراماً.

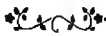
وسماه الله - تعالى - (الميثاق الغليظ)، وجعله سبباً لإفضاء كل من
الزوجين إلى الآخر.

يقول - تعالى - معلقاً على سبب عدم جواز أخذ مهر الزوجة عند
فراقها: ﴿وَكَيْفَ تَأْخُذُونَهُ وَقَدْ أَفْضَى بَعْضُكُمْ إِلَى بَعْضٍ وَأَخَذْتُ
مِنْكُمْ مِيثَاقًا غَلِيظًا﴾ [النساء: ٢١].

يقول ابن عباس قوله - تعالى - : ﴿وَقَدْ أَفْضَى بَعْضُكُمْ إِلَى بَعْضٍ﴾
يعني: بذلك الجماع .

أما الميثاق الغليظ فقد فسره ابن عباس بالعقد:

وقال الربيع بن أنس: هو قول رسول الله ﷺ: «فاتقوا الله في النساء؛
فإنكم أخذتموهن بأمان الله، واستحللتم فروجهن بكلمة الله»^(١).



يقول سيد قطب - رحمه الله - :

«ويدع الفعل أفضى بلا مفعول محدد ؛ يدع اللفظ مطلقا يشع كل معانيه، ويلقي كل ظلاله، ويسكب كل إحياءاته . ولا يقف عند حدود الجسد وإفضاءاته، بل يشمل العواطف والمشاعر والوجدانات والتصورات والأسرار والهموم، والتجارب في كل صورة من صور التجارب في كل اختلاجة حب إفضاء، وفي كل نظرة ود إفضاء، وفي كل لمسة جسم إفضاء»^(١) .

إنه عقد بينكم، أحل لكم منكما ما كان حراماً من قبل، وجعل هذه العلاقة الحسية الحميمة من الإفضاء الجسدي بينكما سبباً رئيسياً لتوثيق ذلك العقد، وجعله غليظاً في حياتكما ..

ولا أفهم ما ذهب إليه بعض الرجال أن المرأة لا حاجة لها في تلك العلاقة، وأنها لا دور لها إلا كونها مقضي شهوة الرجل ؛ فانقسمت تلك الفئة العجيبة إلى قسمين:

قسم منهم: يظن أن نهاية هذه العلاقة أن يقضي هو حاجته من زوجته بأي شكل كان، وبغض النظر هل شاركته في المتعة أم كانت في غيبوبة عنه !

(١) في ظلال القرآن في تفسير قوله تعالى: ﴿وَكَيْفَ تَتَذَكَّرُونَ وَقَدْ أَنْفَنَ بَعْضُكُمْ إِلَى بَعْضٍ

وَأَعَدَّتْ مِنْكُمْ وَيَتَنَفَّأ غَلِيظًا ۝



وقسم ثان: اعتبر أن من أسمى واجبات المرأة أن تكون على استعداد تام لزوجها في أي وقت آناء الليل وأطراف النهار، بغض النظر عن استعدادها النفسي أو الجسدي أو العاطفي .

الفهم المعكوس:

ولتناقشة هذين القسمين من الأزواج نقول للأول:

تأمل معنى قوله تعالى: ﴿وَلَمْ يَكُنْ مِثْلَ الَّذِي عَلَيْهِنَ بِالْمُتَرَفِّ﴾ [البقرة: ٢٢٨] .

هل تركت هذه الآية حقاً للزوج على زوجته لا يساويه حق لها عليه أيضاً، ويدخل في ذلك الجماع والمعاشرة الزوجية؟!

بل وفي تفسير قوله - تعالى: ﴿فَلَا تَمِيلُوا كُلَّ الْمِيلِ فَتَدْرُواها

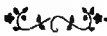
ع

كَالْمُعَلَّقَةِ﴾ [النساء: ١٢٩] .

أى كأنها بلا زوج، والواجب الذي تركه الزوج هنا في هذه الآية وجعله مائلاً هو أنه تعمد أن لا يجامعها.

وتعالى نفهم حديث رسول الله ﷺ التالي كما فهمه ابن حجر العسقلاني:

عن عبد الله بن عمرو بن العاص - رضي الله عنهما - قال: قال لي رسول الله ﷺ: «يا عبد الله: ألم أخبر أنك تصوم النهار وتقوم الليل؟».



فقلت: بلى يا رسول الله . قال: «فلا تفعل؛ صم وأفطر، وقم ونم، فإن لجسدك عليك حقاً، وإن لعينك عليك حقاً، وإن لزوجك عليك حقاً»^(١) .

يقول ابن حجر في التعليق على الجملة الأخيرة «وإنما لزوجك عليك حقاً»: (لا ينبغي للزوج أن يجهد نفسه في العبادة حتى يضعف عن القيام بحقها من جماع واكتساب) .

إذا فللمرأة حق في هذا العقد على زوجها لا بد أن تستوفيه منه كما يستوفيه هو ولا تقف حتى العبادة عائق عن وفاء هذا الحق؛ ولا بد أن يطمئن الزوج أن زوجته مستوفية من هذا الأمر، ويتفقد لديها، فإنه واجب عليه بمقتضى العقد .

والله يقول: ﴿أَوْفُوا بِالْعُقُودِ﴾ [المائدة: ١] .

الجو المناسب...

أما أصحاب القسم الثاني، والذين يعتبرون أن أسمى أدوار الزوجة أن تكون على استعداد تام لزوجها لقضاء وطره في أي وقت ؛ أثناء الليل وأطراف النهار، بغض النظر عن استعدادها النفسي أو الجسدي أو العاطفي ؛ وبناء على ذلك فليس هناك أدنى مسئولية على الزوج أن تكون زوجته في حاجة إليه أو لا .

(١) رواه البخاري، كتاب (الصوم)، باب: (حق الجسم في الصوم)، رقم (١٨٣٩).



بل ويستنكر بعضهم ذلك ويقول: «لا أظنها تريد ذلك أبداً، وأظن أنني أجبرها عليه»، ثم يتناول على الحقوق صائحا: «إنه حقي» !!.

وحتى لا يدعي أحد عدم الفهم أريد أن أوضح أن حاجة المرأة موجودة فعلاً، ولكن لحكمة الله البالغة أخفاها تحت الكثير من تلك الحجب وذلك لطبيعة الحياء التي تغلف سلوك المرأة الفطري، فجعل من الحجب حاجات الرجل السريعة الاشتعال بمجرد النظر .

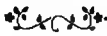
أما المرأة فلا بد أن تكون في حالة طبيعية وفي مستوى عاطفي معين يسبق أداء هذه العلاقة، وهو ما يسمى عندها بالجو المناسب.

وكما أنك تحتاج أن تستجيب لك فيه فهي أيضاً تحتاج استجابتك .

تحتاج تهيئة الجو، وتلمس النفس، ومعرفة الحال، وتقديم الرسائل الرقيقة التي تنبه حاجاتها ألا يكفي قوله تعالى: ﴿فَسَاوُكُمْ حَرْثَ لَكُمْ فَأَتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ وَقَدِمُوا إِلَىٰ نَفْسِكُمْ﴾ [البقرة: ٢٢٣] .

حق متبادل...

وغير هذين الفئتين من الأزواج هناك فئة ثالثة قد استوعبت تلك المعاني، وعلمت أن للمرأة حقاً لا بد أن تستوفيه في علاقتها الخاصة مع زوجها، وأن الرجل لا يصح أن يأخذ حقه من زوجته تحت سيوف التهديد .



ولكنهم يحتاجون إلى بعض التوجيهات التي سوف نعرضها هنا ؛
زهرات حمراء يقطر ماء الحياة على أوراقها النضرة، نجعلها برقة النسيم
حتى لا تستوحشها بعض النفوس الندية، وتمر في أجواء غرفة النوم
كأنفاس القبلات الدافئة .

قَدِّمُوا لَأَنْفُسِكُمْ ...

ونبدأها بهذا المعنى الوارد في الآية السابقة ﴿وَقَدِّمُوا لِأَنْفُسِكُمْ﴾ .
أليست تلك المكالة الرقيقة في التليفون من عملك، وتلك اللثامات
المتطيرة عبر الأثير تحقيق لقوله - تعالى - : ﴿وَقَدِّمُوا لِأَنْفُسِكُمْ﴾ ؟
أليست تلك المداعبة الرقيقة، والضممة الحانية أمام الموقد في
المطبخ، وأنت في انتظار الطعام تقديم لأنفسكم ؟
أليست هذه القضية البسيطة، وإن كانت كلمة شكر على عناء اليوم،
ومدح للطعام الشهوي، ومواساة على بعض الضعف والتعب تقديم
لأنفسكم ؟

والوسائل متعددة، يجيدها الناعمون في السعادة، والكلمة القرآنية تغرد في
أذنك ؛ فحقق أحلامك الرائعة، وتقبل هدي ربك: ﴿وَقَدِّمُوا لِأَنْفُسِكُمْ﴾ .

وهناك تقديم آخر للنفس كما فسرهُ ابن كثير عندما قال: وقوله ﴿وَقَدِّمُوا
لِأَنْفُسِكُمْ﴾ أي: من فعل الطاعات مع امتثال ما أنهاكم عنه من ترك المحرمات،
ولهذا قال بعدها ﴿وَاتَّقُوا اللَّهَ وَأَعْلَمُوا أَنَّكُمْ مُلْقَوَةٌ﴾ [البقرة: ٢٢٣] أي:



فيحاسبكم على أعمالكم جميعاً ﴿وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ﴾ أي: المطيعين لله فيما أمرهم، التاركين ما عنه زجرهم .

ثم بين شكل من أشكال هذا التقديم الرباني «عن ابن عباس قال قال النبي ﷺ لو أن أحدكم إذا أتى أهله قال: بسم الله اللهم جنبنا الشيطان وجنب الشيطان ما رزقنا فإن قض الله بينهما ولداً لم يضره الشيطان»^(١).

ويقول سيد قطب:

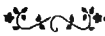
﴿فَأَتُوا حَرِّكُمْ أَنِّي شَيْئٌ﴾ وفي الوقت ذاته تذكروا الغاية والهدف، واتجهوا إلى الله فيه بالعبادة والتقوى فيكون عملاً صالحاً تقدمونه لأنفسكم واستيقنوا من لقاء الله . الذي يجازيكم بما قدمتم .

﴿وَقَدْ مَوَّالَ أَنْفُسِكُمْ وَأَتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ مُلَاقُوهُ﴾ ثم تختم الآية بتبشير المؤمنين بالحسنى عند لقاء الله، وفي هذا الذي يقدمونه من الحرث فكل عمل للمؤمن خير وهو يتجه إلى الله ﴿وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ﴾.

تزيين لها...

يقول ابن عباس (ترجمان القرآن) «إني لأحب أن أتزين لامرأتي كما أحب أن تزين لي» ؛ لأن الله - تعالى - قال: ﴿وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ﴾ [البقرة: ٢٢٨].

(١) رواه الترمذي كتاب (النكاح)، باب: (ما يقول إذا دخل على أهله، رقم (١٠١٢) .



واستوعبها أبو يوسف تلميذ أبي حنيفة فقال - رحمه الله - : « كما يعجبني أن تتزين لي زوجتي يعجبها أن أتزين لها » .

وكان رد فعلها العكسي عجيب على أم الدرداء - رضي الله عنها - عندما دخل عليها سلمان الفارسي أخو زوجها أبو الدرداء، فرآها مبتذلة (أي: لابسة ثياب المهنة والبيت وتاركة ثياب الزينة) فقال لها: ما شأنك ؟ قالت: أخوك ليس له حاجة في الدنيا .

فهل وجدت حل لشكواك الدائمة من عدم اهتمام الزوجة بنفسها في البيت ؟ أظنك أدركت أنك ولا بد أن تتزين لها .

أنت أستاذها ...

عن جابر بن عبد الله - رضي الله عنهما - أن رسول الله ﷺ قال: «تزوجت؟» . قلت: نعم . قال: «بكرًا أم ثيبًا؟» . قلت: بل ثيبًا . قال: «أفلا جارية تلاعبها وتلاعبك»^(١) .

وفي تفسير قوله - تعالى -: «فَسَاوَكُمْ حِرَّتُ لَكُمْ فَأَتُوا حَرَثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ» وذكر ابن كثير مجموعة من توجيهات النبي ﷺ منها: قوله لعمر بن الخطاب: «أقبل وأدبر، واتق الدبر، والحیضة»^(٢) .

فزوجتك غالبًا لا تعلم شيئًا وكل ما لديها من معلومات وصلت إليها تحت ستار من الحياء فأنت الآن أستاذها وممارستها هي ناتج تلقينك .

(١) رواه الترمذي، كتاب (النكاح)، باب: (ما جاء في تزويج الأبكار)، رقم (١٠١٩) .

(٢) رواه الترمذي، كتاب: (تفسير القرآن)، باب: (من سورة البقرة)، رقم (٢٩٠٦) .



تفشاها ...

إن أجمل ما في الممارسة الزوجية أن تكون برقة الورد ونقاء الندى،
إنها لحظات من الأحلام المتيقظة، والإغفاءات الناعمة .

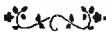
لقد عبر القرآن عن قمة هذه العلاقة وذروتها التي تأتي بالولد فقال
تعالى: ﴿ هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا
فَلَمَّا تَغَشَّيْهَا حَمَلَتْ حَمَلاً خَفِيًّا فَمَرَّتْ بِهِ فَلَمَّا أَثْقَلَتْ دَعَا اللَّهَ رَبَّهُمَا لَئِنْ آتَيْتَنَا
صَبَلاً لَنَكُونَنَّ مِنَ الشَّاكِرِينَ ﴾ [الأعراف: ١٨٩] .

يقول سيد قطب:

والأصل في التقاء الزوجين هو السكن والاطمئنان والأمن والاستقرار .
والتعبير القرآني لطيف ويرق ويشف عند تصوير العلاقة بين
الزوجين، ﴿ فَلَمَّا تَغَشَّيْهَا ﴾، تنسيقاً لصورة المباشرة مع وجود السكن،
وترقيقاً للفعل حتى ليبدو امتزاج طائفين، لا التقاء جسدين، إحياء
بالصورة الإنسانية في المباشرة والتفريق بينها وبين الصورة الحيوانية
الغلظة)) .

هكذا ﴿ تَغَشَّيْهَا ﴾ .





المداعبة يا رجل

قال ﷺ: «كل شيء ليس من ذكر الله هو ولعب إلا أن يكون أربعة: ملاعبة الرجل وامراته، وتأديب الرجل فرسه، ومشى الرجل بين الغرضين (الهدفين في الرماية) - وتعليم الرجل السباحة».

المداعبة فن متبادل بين الزوجين يتوقف عليه وجود المتعة واستمرار الحياة الزوجية، وإن كان لكل طرف من الطرفين أسلوبه وطريقته في ملاعبة ومداعبة الطرف الآخر، إلا أن الرجل عليه الدور الأكبر في هذا الفن، وإن كان الكثير من الرجال يهتم بإجادة هذا الفن قبل المباشرة الجنسية كمدخل لتهيئة زوجته للدخول إلى عالمها الخاص التي تفضل دائماً أن يكون الدخول إليه ذو طقوس ومراسيم خاصة تشعرها بنشوة الإحساس بأن زوجها شغوف بها مقبل عليها، وأنه لا يؤدي واجباً، مجرد واجب أو يفضي بشهوة، مجرد شهوة .

أقول إن كثيراً من الرجال يدركون هذا الأمر ويؤدونه بكفاءة متفاوتة قبل المباشرة، إلا أن معظم الرجال وأكاد أقول: كلهم بلا استثناء يتجاهلون هذا الأمر عندما لا يكون لهم رغبة بل أحياناً يتصرفون عكسه، أما ما أجزم به فهو أن كل الرجال لا يذكرون مجرد ذكرى أن يداعب زوجته بعد مباشرة حميمة ممتعة .



وقد أشرت إلى هذا الأمر في أحد كتبي، حيث قلت هناك تحت عنوان: **ابداً حيث انتهيت:**

نظرت الزوجة بارتياح إلى زوجها الملقى جوارها وقد أعطاها ظهره، وبدأت أنفاسه تتحول إلى حشرات وغطيط .
فقلت في نفسيها: «عادت ربما لعادتها القديمة» .

إن البدايات معروفة وقد حفظتها زوجتك عن ظهر قلب، وأصبحت تستجيب بمجرد أن تبدأ في أول خطوة ؛ إنه واجب عليها تؤديه .

لقد أصبحت كلماتك المعسولة ورقتك المفاجئة مفاتيح قد تأكلت أسنانها، وقصيدة تشعرها بالملل، والصدمة التي تصيب زوجتك بعد الانتهاء هي عودتك إلى حالتك من الصمت والاكتئاب أو الغضب والتجهم .

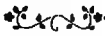
أيها الزوج الذكي ..

اسمع زوجتك دائماً ما تسمعها إياه عندما تريدها، لا تجعلها تقول لك: أنا لا أسمع منك هذه الكلمات إلا إذا أردت معاشرتي .

ولا تكون كقاطع البیداء لیصل إلى الماء والتمر، حتى إذا وصل نام فلا شرب ولا طعم .

افترق برفق..

اجعل كفيك في مكانهما أكبر وقت ممكن..



لا تنقطع عن استخدام شفيتك الدافئة وأناملك الهامسة..

أشعرها أن نهايات الشوق مثل بداياته..

لا تعطيها ظهرك وإن أعطتك هي..

ولا تنام قبل أن تسلمها للأحلام..

صافح كل أحبابك الذين كنت معهم منذ قليل معانقاً مشتاقاً..

اترك ذكرى حاملة تبدأ بها في المرة القادمة..

وابدأ حيث انتهيت .

والحقيقة أن بعض الرجال يظن أنه باسترخائه التام بعد الانتهاء من العلاقة ورغبته في النوم قد أنهى احتياجه للذة والمتعة وأنا حين نطالبه بالإستمرار فإننا نطالبه بشيء تحتاجه الزوجة منه، ألا أن هذا فهم معكوس حيث أن الزوجة تشعر بهبوط تلهفها تدريجياً فيحرم الزوج نفسه من أعظم الفترات العاطفية كما يفسد على زوجته استمتاعها بمشاركته تلك اللحظة وحنانها الجميل، وحاجتها الأكيدة إلى المداعبات والقبل والكلمات الحلوة التي تطلبها المرأة أكثر من الاستمتاع الجسدي لذلك يجب على الزوج الاستمرار في إمتاع زوجته ومداعبتها بعد إشباع رغباته، وقد يكفي أن يمنحها كلمة حب أو قبلة أو لمسة رقيقة أو عناقاً.

وقد جاء في أمثال العامة في تفضيل الزوج القبيح الذي يحسن المداعبة على الزوج الجميل الجامد: «وَجِشْ لَكِنِّه نِعْشْ!» .



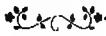
وعالم الحيوان مجيد هذا الفن يقول ابن الجوزي في كتاب «الأذكياء» واصفاً حال الطيور: «فيتدئ الذكر بالدعاء - أي: دعاء أنشاه إليه -، وتبتدئ الأنثى بالتأني والاستدعاء ثم تترفق وتشكل ثم تمتنع فتجيب ثم يتعانقان ويتطاوعان، ويحدث لهما من الغزل والتقبل والرشف الشيء الكثير» .

فهمت يا ...

حكى لي أحد زواري أنه كان له مع زوجته نزهة معتادة على شاطئ النيل بعد غروب الشمس، ولاحظ أنها تأتي في مكان محدد وتقف بعض الوقت تتأمل ثم تنصرف، واعترف لي أنه كان يصيبه الملل من تلك الوقفة، وكانت تطيل الوقوف أحياناً، ولكنه لم يشأ أن يزعجها فهو قد خرج معها لقضاء ذلك الوقت، فكان يروح ويحيى في المكان حتى تنتهي من تأملها أو يحثها بتهنيدة طويلة مثلاً ثم ينطلقا، وفي يوم خطر بباله لماذا لا يقف معها ويتأمل فيما تتأمل ودقق النظر فرأى مشتل يحتوي كمية كبيرة من الزهور والنباتات، فأخذ يدقق فيها النظر عله يجد سبباً لعادتها اليومية في التأمل .

ثم نظر إليها فوجدها توجه بصرها إلى مكان ما فوق شجرة فوق بصره ليجد أعشاشاً كبيرة لنوع عجيب من الحمام الأبيض الكبير الحجم .

لم يشغله الأمر في أوله ولكنه مع استمرار التأمل بدأ يلاحظ أن كل زوجين من الحمام بينهما لغة عجيبة فكل ذكر مشغول بأثاء التي تذهب



هنا وهناك في تجاهل شديد له وذكرها يتابعها ينقر زيلها ويجذب ريشاته، ثم يقترب منها ليدفن رأسه تحت جناحها ويواجهها ليضع منقاره على منقارها ثم يلتقم منقارها في رقة ويعود ليلتصق بها وهي تبعد وهو يقترب برفق شديد .

جذبه هذا الأمر وأخذ يراقب حتى نهته زوجته أنه يريد أن ينصرف، وعاد إلى البيت ولا زالت ذكرى الحمام تدور في ذهنه ودارت الأيام وكأنه تعلم من الحمام شيء أسعده كثيراً مع زوجته وبعد أيام وأثناء مرورهما أمام هذا المشتل الصغير نظر إليها مبتسماً ابتسامة ذات معنى وهو يضغط على كفها برفق ألا نقف لناخذ درس اليوم .

وسائل ووسائل...

والآن نستعرض معاً بعض وسائل المداعبة التي يجيدها بعض الرجال وتحبها الكثير من النساء وذلك في زروة أوقات الجماع أو في الدعاء إليه أو بعده أو في الأوقات العادية من اليوم الزوجي.

١- ترخيم إسم الزوجة والهمس بأحب أسمائها في أذنها: وفي

الحديث أن رسول الله ﷺ قال للسيدة عائشة: «يا عائش، هذا جبريل يقرئك السلام، قالت عائشة: وعليه السلام ورحمة الله وبركاته وهو يرى ما لا أرى» .

٢- أن يشرب ويأكل من موضع فيها: قالت عائشة رضي الله عنها

كنت أشرب وأنا حائض فيضع فاه (أي النبي ﷺ) على



موضع في فيشرب، وأتعرق العرق (تأكل اللحم)، وأنا حائض، ثم أناوله النبي ﷺ فيضع فاه على موضع في)). .

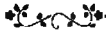
٣- **أثناء الغسل:** قالت عائشة رضي الله عنها: «كنت أغتسل أنا ورسول الله من إناء بيني وبينه، تحتلف أيدينا عليه فيبادرن فأقول: دع لي دع لي»^(١).

والسيدة أم سلمة تقول: رأيتني ورسول الله ﷺ نغتسل من ركن «وعاء واحد»^(٢).

٤- **الملاعبة والمضاحكة:** فعن عائشة رضي الله عنها أنها كانت مع رسول الله ﷺ في سفر وهي جارية قالت: لم أحمل اللحم ولم أبدن، فقال لأصحابه: تقدموا ثم قال: تعالي أسابقك فسبقته فسبقته على رجلي، فلما كان بعد خرجت معه في سفر فقال لأصحابه: تقدموا، ثم قال: تعالي أسابقك ونسيت الذي كان، وقد حملت اللحم فقلت: كيف أسابقك، يا رسول الله، وأنا على هذه الحال؟! فقال: تفعلين فسبقته فسبقني فجعل يضحك فقال: هذه بتلك المرة)). .

(١) رواه مسلم، كتاب الحيض، باب: القدر المستحب من الماء في غسل الجنابة، رقم (٤٨٥) .

(٢) رواه النسائي في سننه كتاب الطهارة، باب: ذكر اغتسال الرجل والمرأة من نساءه في إناء واحد ، رقم



٥- **المقاربة الحميمة:** عن عائشة رضي الله عنها «أن النبي ﷺ

كان يتكى في حجري وأنا حائض ثم يقرأ القرآن» (١).

وعنها قالت: كان يوم عيد يلعب فيه السودان بالورق (تروس من جلد) والحراب، فإما سألت النبي ﷺ وإما قال: تشتهين نظرين؟ قلت: نعم، فأقامني وراءه خدي على خده وهو يقول: دونكم ابني أرفده حتى إذا مللت قال حسبك، قلت: نعم، قال: فاذهي (٢).

٦- **القبلة:** فعن أم سلمة قالت: كان النبي ﷺ يقبلها وهو صائم (٣).

وعن أبي النضر أن عائشة بنت طلحة أخبرته أنها كانت عند عائشة زوج النبي ﷺ فدخل عليها زوجها هناك وهو عبد الله بن عبد الرحمن بن أبي بكر الصديق وهو صائم فقالت له عائشة: ما يمنعك أن تدنو من أهلك فتقبلها وتلاعبها؟

أنها ضرورة ملحة في كل لقاء بين الزوجين، فالحياة الزوجية يجب ألا تخلو من العواطف، والقبلة تترجم كثيرًا من العواطف، وهي أهم حركة في معزوفة الحب.

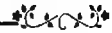
(١) رواه البخاري، كتاب الحيض، باب: قراءة الرجل في حجر امرأته وهي حائض، رقم (٢٨٨)،

ومسلم: كتاب الحيض باب جواز غسل الحائض رأس زوجها وترجيله، رقم (٤٥٤).

(٢) رواه البخاري، كتاب الجمعة، باب: الحراب والورق يوم العيد، رقم (٨٩٧)، ومسلم: كتاب

العيدين، باب: الرخصة في اللعب الذي لا معصية فيه في أيام العيد رقم (١٤٨٢).

(٣) رواه البخاري، كتاب الحيض، باب: الحائض وهو صائم، رقم (٣١١).



وتعبر الخبرة النفسية (ماري ستوب) عن رغبة بنات حواء بصراحة مكشوفة تقول: على الرجل عندما ينادي بشفتيها شفتيه إذا لمس من عروسه هذا الاستسلام وتلبية ندائه فعليه أن يتقل بشفتيه وأن لا يحرص نشاطهما على شفتيها فهذا من العوامل التي تثير وتنشط الشعور الجنسي والتسلط ولا بأس، فمن الضروري الانتقال بشفتيه إلى أمكنة أخرى مثل الأذن والعنق والجيد)).

٧- **اللمس باليد:** وهذه لها أثر كبير في إمتاع المرأة وإشباعها، وعدمها يشعرها بالنقص وعدم الإشباع .

٨- **التزام الصدر ومص الثدي:** عن زيد ابن أسلم أن رجلاً سأل رسول الله ﷺ قال: ما يحل لي من امرأتي وهي حائض؟ فقال رسول الله ﷺ: «لتشد عليها إزارها ثم شأنك بأعلاها».

ورؤية الثدي وملامسته واستعمال الفم (بالمص) يزيد من إحساس الرجل بالإثارة الجنسية وغالباً ما ترحب المرأة بذلك بل إن إحساسها بثديها يرتفع كثيراً في التحضير مع مراعاة أن الإحساس في الثدي ليس مركزاً في حلمته بل قد يمتد إلى الثدي كله بالضغط عليه بجانب أن بعض النساء ينفرن من التركيز على حلمتي الثدي وخاصة قبل الإيلاج ويعد انتهائها من الإنزال .



٩- **مص اللسان ورشف الشفتين:** عن جابر بن عبد الله قال:

تزوجت، فقال لي رسول الله ﷺ: «ما تزوجت؟ فقلت:

تزوجت ثيبًا، فقال: مالك وللعذارى ولعابها» .

قال الحافظ ابن حجر: قوله مالك وللعذارى ولعابها؟ ضبطه الأكثر بكسر اللام (أي لعابها) وهو مصدر من الملاعبة، ووقع في رواية المستملي بضم اللام والمراد به الريق، وفيه إشارة إلى مص لسانها ورشف شفتيها وذلك يقع عند الملاعبة والتقبيل وليس هو ببعيد كما قال القرطبي .

ويراعي أيضًا الرجل مزاج النساء فليس كل منهم تحب هذا الأمر، وليس كل منهن تحبه في كل وقت أثناء الجماع فعلى الرجل أن يتلمس مواقع موافقتها لتلمسه أوتار آله لتخرج أعذب الألحان .

١٠- **مداعبة الأذنين:** فالجلد المغذي لهما شديد الحساسية

للمس؛ كذلك فإن ملامسة الأذنين بالقم مثلاً ثم الهمس فيهما يجمع بين الوظيفتين في هدف واحد وهو زيادة الإثارة والتحضير للقاء .

١١- **العجز والفخذان:** فالمنطقة التي أسفل الظهر وعند الفخذين

خاصة من داخلهما أماكن غنية بالإحساس للمس؛ لذلك فملاصتهما ومداعبتهما تساعد كثيرًا في التحضير، واشتكت امرأة من زوجها يومًا فقالت: ((أنه لا يعرف



فخذي)) أي أنه يهتم بالجماع وقضاء وطره فقط دون مداعبة فخذها وجسمها وهو الأهم عند المرأة .

١٢- **الأعضاء التناسلية:** يختلف الإحساس في الأعضاء التناسلية

من مكان لآخر في الأنثى ومن أنثى إلى أخرى ويحتاج التعامل مع هذه المنطقة إلى رقة شديدة وحساسية عالية.

وأخيراً يجب التنبيه على أمرين :

الأول: إنه من المؤسف أن يتباعد الزوجان بعد الجماع مباشرة ولا سبب لذلك إلا الجهل أو الإهمال فيدير الرجل وجهه ويستغرق في النوم وربما لا تكون المرأة قد استنفذت لذتها ويحدث أحياناً أن يسبق الرجل فيقذف وتبقى المرأة متهيجة فيتركها الرجل وهي تعاني توتر الأعصاب وتستشعر أنها بذلت مجهوداً بلا فائدة أو أن زوجها أناني لا يهتم إلا إشباع رغبته ويتسلل بغض هذه العلاقة إلى قلبها بل وبغض زوجها أحياناً إلى قلبها .

الثاني: أذكرك أنك متزوج امرأة عفيفة يكسوها حياء فطري وتربوي

وديني .

الثالث العجيب:

أما ما دعاني لأن أقول لك ذلك فهو هذا الرجل الذي مر على زواجه أكثر من عشر سنوات وجاء يعترف لي أنه وبعد اختراع شبكة الإنترنت وانفتاح الفضائيات بدأ يتسلل إلى تلك المواقع والقنوات التي



تعرض علاقات كاملة بين النساء والرجال، قليل منها طبيعي وأكثرها يتميز بنسبة من الشذوذ، ولاحظ أن هناك أمور تفعلها النساء أثناء العلاقة، وأمور يفعلها الرجال وترضى بها النساء لم يجدها طوال العشر سنوات السابقة في زواجه، ولما حاول مع زوجته أن يبادلها إياها وجدها تنفر منه نفوراً وصل في بعض الأحيان إلى العنف والشدة بل والانتهاك، وفي نهاية كلمته العصبية وهو يطالب بما يظن أنه حقوقه قال منفعلاً ألم يقل الله تعالى: ﴿نَسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأَتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ وَقَدِّمُوا لِأَنفُسِكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ مُّلْقَوَةٌ وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ﴾ . وما دمت لا أفعل الحرام الوحيد المنهي عنه في العلاقة وهو إتيان الدبر فأنا أشعر بهضم حقي وحرمانني من لذة يمكن أن أجدها مع غيرها !!!

سكت صاحبي وهو ينظر إلى ابتسامتي التي عبرت عن كثير من الانفعالات داخلي وقلت له بهدوء: انتهيت.
قال: نعم .

قلت: أولاً لا يخفى عليك حرمة ما فعلت، ولا زلت تفعل..
أراد أن يقطع فقلت له: يكفيك ويكفيني قول الله تعالى: ﴿قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ﴾ [النور: ٣٠] .



وقوله ﷺ: «النظرة سهم من سهام إبليس من تركها من مخافة الله أبدله الله إيماناً يجد حلاوته في قلبه»^١.

لقد اشتد بعض الأنبياء في هذا الأمر حتى قال عيسى بن مريم - عليه السلام -: «من نظر إلى امرأة واشتهاها فإنه زنى بها في قلبه».

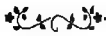
واخيراً: ﴿الرَّيْلَمُ بِأَنَّهُ يَرَى﴾ [العلق: ١٤].

نكس الرجل رأسه وقال: ولكني أشكو الآن من زوجتي ماذا أفعل؟ قلت له: وهذه أحد النتائج الخطيرة لإطلاق البصر في كل النساء. ولم أشأ أن أجعلها جلسة تقريع للرجل فقلت مغيراً وجهة الحديث: أريد أن تدرك أموراً:

الأول: أنك شاهدت نساء كثيرات وليست واحدة وما عند هذه من فن قد لا تجيده الأخرى كما أنت أيضاً ما عند الرجال من فن لا يجيدوه جميعاً. ولذلك أقول لك: إنك متزوج من امرأة واحدة وليست عدة نساء.

الثاني: أن نساء النت محترفات، وإذا أردت اللفظ الصريح (عاهرات) تلك مهتهن يؤدينها بضوابط فنية مثيرة لمن يرى، ولا أظنها تثير الطرف الآخر فغرضهن الأساسي إثارة من يشاهد كنوع من أنواع ترويج السلعة. فهي علاقة بلا روح..

هل تحب أن تكون علاقتك بامرأتك بلا روح.



الثالث: وهو مرتبط بالسابق أنك متزوج امرأة عفيفة لا زالت تطالبك بإطفاء النور عند اللقاء بل وتطلب منك أن تتم ذلك تحت غطاء ولا زالت تتحاشى النظر في عينيك عند قضاء شهوتها فقدر لها ذلك واحترمه وتعامل معه برفق .

الرابع: أنت أستاذ امرأتك كما وضحنا في أكثر من موقع، والأستاذ لا يحشو رأس تلميذه بالمعلومات حشواً، ويدربه على المهارات خطوة خطوة، ويتحين وقت فراغه واستعداده ورغبته ليلقي له بالمعلومة .

الخامس: ارض بما أعطاك الله - جل وعلا - تكن أغنى الناس واشكره على نعمة غيرك محروم منها وادعوه أن يجنبك الشيطان حتى لا تغدو حيران أسفاً .

السادس: عد رجلاً راعياً محباً متحكماً في شهوته لا مخلا منحلاً لا هم له إلا متعة لا تدوم إلا دقائق، وقد أدمن البحث عن العقاقير التي تضر أكثر مما تفيد، أقول لك أيها الرجل عد رجلاً .

وأخيراً..

أصدر أحدهم كتاباً عن فنون العلاقة وذكر على غلافه أن ذكر فيه مائة وخمسين وصفاً من أوضاع النكاح!!!

ملكني العجب وقلت لأحد جلسائي إنها مباراة في الجمباز أو في السيرك وليست علاقة طبيعية!!!



وتشكو النساء

- ١- الغيرة دمرت حياتي.
 - ٢- أنت عصبي يا زوجي العزيز.
 - ٣- لماذا تحب الفوضى يا حبيبي؟
 - ٤- لماذا تشعل نار غيرتي بتصرفاتك الصبيانية؟
 - ٥- هل انتهى عمري الافتراضي بعد الأربعين؟
 - ٦- أرجوك مرة واحدة، اعترف بخطئك.
 - ٧- بيني وبينك افعل ما تشاء، أما أمام الآخرين فلا تجرحني .
 - ٨- عندما أشتاق إليك تعلم ولو لم أخبرك فلماذا تكبر عندما تريدني ؟
 - ٩- الطلاق كلمة باللسان، ولو بلا نية، وأيضاً الحب يا حبيبي.
 - ١٠- كلمتان تهدمان الأمان ويولدان الشك وتزرعان البغض:
- سأطلقك، وأتزوج عليك .
- هكذا أيها الأزواج نقلت إليكم الكثير مما أخبر به الزوجات على مقعد مكتبي أو بريدي الإلكتروني أو التليفون..
- وقد أعقد لكم حديث خاص لتحاوّر حول هذه الشكوى ولكن لا زلت أذكركم بأدواركم حتى تحافظوا على بيوتكم سعيدة..
- فهل تحسنوا مهارة تبادل الأدوار ...

أرجو ذلك..

أكرم رضا..



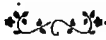
دور الزوجة



- الإهداء..... ٥
- المقدمة..... ٧
- الجزء الأول: كيف تبين بيتاً سعيداً؟..... ٩
- تقديم..... ١١
- الحب..... ١٢
- الفصل الأول: ينابيع السعادة..... ١٥
- السعادة..... ١٦
- السعادة الحقيقية..... ١٦
- آية من الآيات..... ١٧
- السكن..... ١٩
- أنت بالنسبة له..... ٢٠
- أ- كنز الذي يبحث عنه..... ٢٠



- ب- ومصدر سعادته الوارف..... ٢١
- ج- أنت نسائم السعادة، أو لفحات الشقاء..... ٢١
- د- ومقياس حسن خلقه..... ٢٢
- هـ ونعيمه في الآخرة..... ٢٢
- ونستيقظ من الأحلام..... ٢٤
- أنت أم هو؟..... ٢٤
- الحبيبة..... ٢٥
- رحلة العمر..... ٢٦
- بيت في الدنيا..... ٢٦
- وهل صدقت الآن أنك نبع الحب؟..... ٢٨
- بيت في الآخرة..... ٢٩
- الحقائب الثلاث..... ٣٠
- الحقبة الأولى: مراحل..... ٣٠
- الحقبة الثانية: اختلاف المنابع..... ٣٢
- الحقبة الثالثة: من مفاتيح السعادة..... ٣٥
- تمرين... حوارات داخلية..... ٣٧
- لا يغمض لي جفن..... ٣٩
- فهم النفسيات..... ٤٠
- معمل النفسيات..... ٤٠
- الزوجة الكيميائية..... ٤١



- ٤١..... ماذا يريد زوجك منك.....
- ٤٢..... لافتات.....
- ٤٣..... ترويض الزوج.....
- ٤٤..... كيف تغيرين سلوك زوجك.....
- ٤٧..... لمحات لذكرى.....
- ٤٩..... الفصل الثاني: دعائم السعادة الزوجية.....
- ٥٠..... الدعامات الأولى: الفهم والتفاهم [التناغم].....
- ٥١..... تمرين... هل أنتما متفاهمان.....
- ٥٣..... النتائج.....
- ٥٤..... إذا أرت أن يستجيب لك.....
- ٥٥..... اللاءات العشرين.....
- ٥٥..... موقف رفض.....
- ٥٩..... العقيدة الزوجية.....
- ٦٠..... من فنون التعامل وقت الخصام.....
- ٦٣..... الدعامات الثانية: الحوار الهادئ [المصارحة].....
- ٦٤..... الحوار الهادئ (المصارحة).....
- ٦٤..... هيا بنا نجلس ساعة.....
- ٦٥..... طلب وحيد.....
- ٦٦..... الإبحار في الحوار.....
- ٦٧..... مشاعر أم وقائع.....



عشر خطوات لمصارحة سهلة ومقبولة.....٦٨

١- التمييز بين الخطأ والإنسان.....٦٨

٢- الموضوعية.....٦٨

٣- اختيار الكلمات.....٦٨

٤- اختيار الأسلوب الهادئ المباشر.....٦٩

٥- التجزئة في المصارحة.....٦٩

٦- اختيار الوقت المناسب.....٦٩

٧- على انفراد.....٦٩

٨- البدء بالإيجابيات قبل السلبيات.....٧٠

٩- عدم التسويف.....٧٠

١٠- أن تكون متبادلة.....٧٠

قتل الحوار.....٧٠

حالة: ١ الترقية.....٧١

حالة: ٢ شبت.....٧٢

كيف ننمي الحوار الزوجي.....٧٣

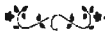
١- الإنصات وليس الاستماع هو أساس الحوار.....٧٣

٢- كوني مسئولة عن عباراتك.....٧٤

٣- استخدمي الطلب البناء.....٧٤

٤- اشكري شريك.....٧٤

٥- التشجيع وإظهار السعادة.....٧٤



- ٧٤..... ٦- أعيدي.....
- ٧٥..... أسرع وسائل تدمير الحوار بينكما.....
- ٧٦..... مقياس للحوار.....
- ٧٩..... **الاعامة الثالثة: الإشباع العاطفي [الحب]**.....
- ٨٠..... الحب.....
- ٨١..... لا بد أن يستيقظ الحب.....
- ٨١..... كأول المشوار.....
- ٨٣..... الإجازة.....
- ٨٣..... رسالة غرام.....
- ٨٥..... وحتى يستيقظ الحب.....
- ٨٦..... دوام الحب... كيف يتحقق.....
- ٨٧..... الحب الأعمى.....
- ٨٨..... **محاوّر الإشباع العاطفي**.....
- ٨٨..... المحور الأول: «مع الله».....
- ٨٩..... المحور الثاني: «حسن العشرة».....
- ٨٩..... المحور الثالث: «حق الاستمتاع».....
- ٩٠..... المحور الرابع.....
- ٩٠..... **معاني وعجبايني**.....
- ٩١..... ١- لا أعرف معناها.....



- ٢- أعرف معناها ولا تعجني..... ٩١
- ٣ - تعجني... ولا أعمل بها..... ٩١
- ٤- أعمل بها..... ٩١
- اختبار.. معاني وعجباتي..... ٩٣
- مقياس الإشباع العاطفي..... ٩٦
- ١ - مع الله..... ٩٦
- ٢- حسن العشرة..... ٩٦
- ٣- حق الاستمتاع..... ٩٧
- ٤- عقد تحكم البيوت..... ٩٧
- النتائج..أولاً: المحاور الأربعة..... ٩٨
- منحنى الحب..... ١٠٠
- ثانيًا: مستوى الإشباع العاطفي..... ١٠١
- الوصايا العشر...حتى لا يطير الحب..... ١٠٢
- وعشر أخرى ليقى الحب..... ١٠٣
- جربي ما ينفعك..... ١٠٤
- نبضات أنس..... ١٠٥
- مفتاح الاستبيان...النتائج..... ١٠٧
- الدعامة الرابعة: الرضى والواقعية [الاستقرار]..... ١٠٩
- عزيزتي كل زوجة..... ١١٠
- العنب المر..... ١١١



- ١١٣..... الفصل الثالث: الدقائق الجميلة
- ١١٥..... وفي بضع أحدكم صدقة
- ١١٧..... قطرات الندى
- ١٢٠..... من المسئول في غرفة النوم
- ١٢٢..... لا تبخلي
- ١٢٣..... أجلي... وسوف يستجيب
- ١٢٣..... الكارثة
- ١٢٤..... اعرفي ماذا يريد

كيف نعين بيتاً سعيداً؟





دور الزوج



الجزء الثاني: كيف تحافظ على بيتك سعيداً..... ١٢٧

مقدمة..... ١٢٩

وهو الحب..... ١٢٩

ويبقى الحب..... ١٣٠

الجسور المشتركة..... ١٣١

ما بين نهريين..... ١٣٢

الراعي..... ١٣٣

الفصل الأول: اسكن إليها..... ١٣٥

أخي كل زوج..... ١٣٦

إنها من نفسك..... ١٣٦

قل آسف..... ١٣٨

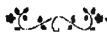
أجرد سلوكياتك..... ١٣٩

زوج الأحلام..... ١٣٩

اقرأ هذه القائمة..... ١٣٩

بالله عليك هل هذا حلم جميل أم كابوس؟!..... ١٤٠

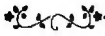
فإننا نحتاج إلى هذه الجسور



- أعرف شخصية زوجتك..... ١٤١
- أنت في نظر زوجتك..... ١٤٤
- هل زوجتك محقة في شكواها..... ١٤٩
- تخلص من الكرايب..... ١٥١**
- ١- ناقصات عقل..... ١٥١
- ٢- عاصفة الغضب..... ١٥٤
- ٣- الأستاذ..... ١٥٥
- ٤- يكفر العشير..... ١٥٦
- ٥- أنا راجل..... ١٥٧
- استمع إلى حكايات الرجال يا رجل..... ١٥٨
- ٦- مشغول..... ١٦٠
- الزوج الناجح..... ١٦١
- حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا..... ١٦٣
- هاذا تريد الزوجة..... ١٦٥**
- أولاً: البخيل..... ١٦٥
- ثانياً: مع طموحاتها..... ١٦٦
- ثالثاً: مع أعمال البيت..... ١٦٧
- هل خدمة المرأة لبيتها واجب عليها أم لا؟..... ١٦٨
- وضع شاذ..... ١٦٨
- هل أنت زوج مثالي..... ١٧٠



- وقت الحساب..... ١٧٩
- تزين يا رجل..... ١٨٠
- رغبات خفية..... ١٨٣
- تصرفاتك تحدث..... ١٨٦
- نظرات عينية..... ١٩٠
- وتذكر صديقي الزوج..... ١٩٦
- الفصل الثاني: أنت تحبها**..... ١٩٩
- مودعة أم راحة...؟ أم!؟..... ٢٠٠
- هل أنت زوج..... ٢٠٢
- في بيتها رجل..... ٢٠٦
- ماذا تفعل لو..... ٢١١
- قواعد اولى الألباب**..... ٢١٣
- قاعدة (١): (لا تخلق نكدًا)..... ٢١٤
- قاعدة (٢): (امنح الشاء والتقدير المخلص)..... ٢١٥
- قاعدة (٣): (اهتم بالأشياء حتى البسيطة)..... ٢١٦
- عدم التوافق الجنسي..... ٢١٦
- قاعدة (٤): (عمل على إحياء التوافق الجنسي بينكما)..... ٢١٧
- الفصل الثالث: أوفوا بالعقود**..... ٢١٩
- الميثاق الغليظ..... ٢٢٠
- الفهم المعكوس..... ٢٢٢



- ٢٢٣.....الزو المناسب
- ٢٢٤.....حق متبادل
- ٢٢٥.....قدموا لأنفسكم
- ٢٢٦.....تزین لها
- ٢٢٧.....أنت أستاذها
- ٢٢٨.....تغشاها
- ٢٢٩.....المداعة يا رجل
- ٢٣٠.....أيها الزوج الذكي
- ٢٣٢.....فهمت يا
- ٢٣٣.....وسائل ووسائل
- ٢٣٨.....النت العجيب
- ٢٤٢.....وتشكو النساء

فهرس الزهراء



لتحميل أنواع الكتب راجع: (مُنْتَدَى إِقْرَأِ الثَّقَافِي)

پدای داتلود کتابهای مختلف مراجعه: (منتدی اقرا الثقافی)

پۆدابه زانانی جوهرهها کتیب: سەردانی: (مُنْتَدَى إِقْرَأِ الثَّقَافِي)

www.iqra.ahlamontada.com



www.iqra.ahlamontada.com

للكتيب (کوردی , عربي , فارسي)



هذا الكتاب

كنت قد أصدرت الجزء الأول من هذا الكتاب منذ ما يقرب من عشر سنوات بعنوان (كيف تبين بيتا سعيدا؟ دور الزوجة) وتأجل إخراج الجزء الثاني حول دور الزوج.

واليوم أصدر الجزئين في كتاب واحد أخطب فيه الزوجين معا حول حقوق وواجبات كل طرف تجاه الآخر لنصل في النهاية إلى البيت السعيد.. حيث تجيب الزوجة عن سؤال (كيف تبين بيتا سعيدا؟) بأداء دورها المطلوب ويجيب الزوج عن سؤال (كيف تحافظ على بيتك سعيدا؟) بأداء دوره المطلوب لذلك سميت هذا الكتاب (كيف تبين بيتا سعيدا؟ - الأدوار المتبادلة) دور الزوجة ودور الزوج وجعلته حلقة من سلسلة (بيوتنا وإدارة الذات) التي تصدرها شركة ألفا

د/ أكرم رضا

تليفاكس: 0020233888593
موبايل: 0020101099805
Email: alfa_eg@yahoo.com
info@alfa_publishing.com
www.alfa_publishing.com

